18వ జాతీయ ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తల సదస్సు లో పత్రీజీ ఇచ్చిన సందేశం"

ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తలం

"ఇది ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తల సదస్సు. దీనికి వచ్చిన వారందరూ ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తలే! మన మంతా దైవాలం అని తెలుసుకోవడమే ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రం. నేను ఆత్మను అని తెలుసుకున్నవాడు మరి జన్మపరంపర తెలుసుకున్నవాడు ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్త. మనుష్యులు మత మూఢత్వం నుంచి 'ఆధ్యాత్మిక' కు మారి ఆ పైన 'ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తలు' గా ఎదగాలి. ఆధ్యాత్మికతలో ప్రవేశించటం అంటే జంతుస్థితి నుంచి మానవునిగా మారటం ... మరి ఆధ్యాత్మికతలో అభివృద్ధి చెంది వివిధ విషయాలను క్రోడీకరించి, విశ్లేషించి, అనుసరించి ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తగా ఎదగటం" అని వివరించారు.

"'గచ్ఛామి' అంటే నేను వెళుతున్నాను'. "మతాలన్నీ 'నన్ను తీసుకువెళ్ళు', 'నన్ను చేర్చు' అంటే 'గమయ' అని చెపుతాయి కానీ తీసుకువెళ్ళేవాడు ఎవ్వరూ ఉండరని తెలుసుకోవాలి. ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రం అంటే 'గచ్ఛామి', 'నేను వెళ్తున్నాను' అన్నదానిని చెపుతుంది. బుద్ధుడు 'నేను వెళుతున్నాను' అని చెప్పి వెళ్ళి తనను తాను తెలుసుకున్నాడు.

"ఎదుటి వాళ్ళు మనకు ప్రేరణ మాత్రమే ఇవ్వగలరు మన కృషితోనే మనం సాధించాలి. అనేకచోట్ల బయట వెతికి వెతికి 'ఈ నా పుట్టలోనే పెద్ద పాము వుంది' అని తెలుసుకోవటం. సహస్రారం అనే వేయి పడగల పాము మూలాధారంలో చుట్టు చుట్టుకుని కూర్చుంది, ఎవరు లేపుతారు? మనమే లేపుకోవాలి. సైన్సు నిన్ను నీ కాళ్ళమీద నిలబెడుతుంది. మధనమండలం అయిన సహస్రారం ద్వారా శ్రవణం, మననం, నిధిధ్యాసన, సాక్షాత్కారాలతో సత్యాన్ని తెలుసుకుని జీవించాలి" అని బోధించారు.

జై ధ్యానజగత్ - జైజై పిరమిడ్ మాస్టర్ల జగత్"

"కార్యం వెనుక ఉన్నది కారణం"
కారణం వెనుక ఉన్నది మహాకారణం
మహాకారణం వెనుక ఉన్నది మహామహాకారణం
మహా మహా కారణాత్మకమైనదే .. "ఆత్మ-చైతన్య సామ్రాజ్యం"
ఆ ఆత్మ-చైతన్య సామ్రాజ్యంలో నిరంతరం ఓలలాడడమే .. "ఆధ్యాత్మికత"
ఆధ్యాత్మికత లేని ప్రాపంచికత .. చుక్కాని లేని నడిసముద్రపు నావ
ఆధ్యాత్మికతాశూన్యం అయిన ప్రాపంచికత అంతా అపసవ్యం ..
అల్లకల్లోలం ..అగమ్యగోచరం
ఆధ్యాత్మికత తో కూడిన ప్రాపంచికత అంతా సవ్యం ..
శాంతిమయం .. గమ్యగోచరం

"యద్భావం తద్భవతి"

శరీరం పుట్టడం, పెరగడం మరి అంతం కావడం అంతా కేవలం దృశ్యమానం
అంటే .. అది "తెర ముందర తోలుబొమ్మలాట" లాంటిది
తెరవెనుక ఉన్నది .. ఆడించేది మానసికం .. అదే మహాకారణం
మనస్సు మహాకారణం అయితే .. శరీరం అన్నది మహాకార్యం
మహాకారణమైన మనస్సులో ఉండే అల్లకల్లోలాలే .. ప్రపంచంలో ఉండే అల్లకల్లోలాలు
మహాకారణమైన మనస్సు శాంతం అయితే .. ప్రపంచం కూడా శాంతం అవుతుంది

"ప్రాపంచికం" "ఆధ్యాత్మికం"

పంచభూతాలతో కూడినది .. "భౌతికశరీరం"
పంచభూతాల వెనుక ఉన్న మౌలిక ప్రాణప్రవాహాలు "పంచతన్మాత్రలు"
పంచతన్మాత్రలు కారణభూతాలు అయితే పంచభూతాలు కార్యరూపాలు
"ప్రాపంచికత" -"ఆధ్యాత్మికత" .. ఈ రెండింటి మధ్య ఉండేదే మహాకారణమైన "మనస్సు"
మహాకారణ మనస్సు ప్రతీక.. "అర్జునుడు"
మహామహాకారణ బుద్ధికి ప్రతీక "శ్రీకృష్ణుడు"
మనస్సుకు సారధిగా ఉండేది "బుద్ధి" అంటే "శ్రీకృష్ణుడు"
"మనస్సు" అన్నది పంచేంద్రియ విషయ జనీనమైనదీ అయితే
"బుద్ధి" అన్నది మాత్రం ఆత్మజనీనమైనది
ప్రాపంచికతకు దర్పణం పట్టేది మనస్సు .. ఆధ్యాత్మికతకు దర్పణం పట్టేది బుద్ధి
'మనస్సు' నుంచి 'బుద్ధి' వైపు .. మరి 'ప్రాపంచికత' నుంచి 'ఆధ్యాత్మికత' వైపు
చేసే మహా ప్రయాణమే "ఆధ్యాత్మికత"
మానవజీవితం = ప్రాపంచికత జీవితం + ఆధ్యాత్మిక జీవితం
ప్రాపంచికతలో ఉంటూనే ఆధ్యాత్మికతలో రాణించగలగాలి
ధ్యానసాధన ద్వారానే మేటి అయిన ఈ "ద్వి అశ్వారోహణ" అన్నది సుసాధ్యం అవుతుందిఇదే "రెండు గుర్రాల సవారీ" అంటే
"పద్మపత్రమివాంభస" అంటే "తామరాకు మీద నీటిబొట్టు"Z"తామరాకు మీద నీటిబొట్టు" లాగా ఒకవైపు
అశాశ్వత తత్వంలో నివసిస్తూనే .. మరోవైపు శాశ్వత తత్వంలో మనగలగాలి
ప్రాపంచికతలో సుఖ-దుఃఖాలు, గెలుపు-ఓటములు, మాన-అవమానాలు ప్రకృతి సహజం
అదేవిధంగా ఆధ్యాత్మికతలో నిరంతరానందం అన్నది మహాసహజం
లక్షాధికంగా ఉన్న "అద్వైతానుభవయోద్ధులు - పిరమిడ్ మాస్టర్లు" అందరూ మహా మహాధన్యులు

ఇక మిగిలిన కోట్లాది మానవులందరూ పిరమిడ్ మాస్టర్లు గా ఇంకొక దశాబ్ద కాలంలోనే అవనున్నారు! "ధ్యానజగత్" కు ఆహ్వానం .. "పిరమిడ్ మాస్టర్ల జగత్" కు ఆహ్వానంజై అహింసా జగత్! జై శాకాహార జగత్!! జై ధ్యానజగత్!!!

సింగపూర్ దేశంలో పత్రీజీ ఇచ్చిన దివ్య సందేశం"

"భూలోక పాఠశాలలో మనం మూడు దశలుగా ఎదుగుతాం. అందులో మొదటిది 'ప్రాథమిక విద్యాదశ' రెండవది 'ప్రాథమికోన్నత విద్యాదశ' మూడవది 'ఉన్నత విద్యాదశ'.
'ప్రాథమిక విద్యాదశ' : ఇందులో మనం మూడు రకాల పాఠ్యాంశాలు నేర్చుకుంటాం.

Non -killing దేనినీ చంపకూడదు : దేనినీ చంపే హక్కు మనకు లేదు. ప్రతి జీవికీ జీవించే హక్కు .. మరి మనలాగే ఎదిగే హక్కు వుంది కనుక ఆ హక్కును మనం హరించకూడదు. మూగజీవులను చంపతూ పోతే .. అందువల్ల చిందే ప్రతి రక్తపు బొట్టుకు తగిన మూల్యం మనం చెల్లించాల్సిందే .. తప్పదు. ఆ బాకీ తీర్చుకోవడానికి మళ్ళీ మళ్ళీ జన్మించాల్సిందే .. కర్మచక్రంలో తిరిగి తిరిగి ఇరుక్కోవాల్సిందే .. తస్మాత్ జాగ్రత్త!
Non - violence హింస చేయకూడదు : తనకన్నా బలహీనమైన వారి మీద చాలామంది తమ ప్రతాపం చూపిస్తారు .. అందుకు ఉదాహరణ .. భర్త భార్య మీద చూపించే అధికారం .. మరి పిల్లల మీద తల్లితండ్రులు చూపించే హింస.

Non - Interference ఇతరుల విషయంలో జోక్యం కూడదు : ఇతరుల వ్యక్తిగత విషయాలలో జోక్యం ఎంతమాత్రం సరికాదు. ఎవరి చేష్టాక్షేత్ర స్వాతంత్ర్యాన్ని కూడా హరించే హక్కు మనకు లేదు. ప్రతివారికీ వారి వారి ఆశలు, కోరికలు వుంటాయి కనుక వాటిల్లో జోక్యం చేసుకుంటే వారి బ్రతుకులతో పాటు, మన బ్రతుకులు కూడా నరకప్రాయం అవుతాయి; ఇదంతా కూడా ప్రాథమిక జీవన విద్యాభ్యాసం!
"ప్రాథమిక విద్య పూర్తి అయిన తర్వాత మిడిల్ స్కూల్ అంటే మాధ్యమిక పాఠశాలలో చేరాలి. భూలోకంలో ఇది రెండవ దశ! ఇందులో రెండు బాగాలున్నాయి.

1. **ధ్యానం చెయ్యడం** 2.**మధ్యేమారం.**
ధ్యానం చెయ్యడం : మన గురించి మనం తెలుసుకోవడానికి ధ్యానం చెయ్యాలి. 'మనం ఎవరు? ఎక్కడి నుంచి వచ్చాం? మన జీవితలక్ష్యం ఏమిటి?' అన్న ప్రశ్నలు అన్నింటికీ సమాధానమే ధ్యానసాధన. క్రమం తప్పని ధ్యానసాధన వల్ల మనలో శారీరక, మానసిక, ఆధ్యాత్మిక వికాసం కలుగుతుంది.
మధ్యేమార్గం : జీవితంలో అన్ని విషయాలలోనూ మధ్యేమార్గంలో జీవించాలి. 'అతి' దేనిలోనూ పనికిరాదు. అతిగా మాట్లాడడం, అతిగా తినడం, అతిగా నిద్రపోవడం కాకుండా, ప్రతి విషయంలోనూ జాగ్రత్తగా, మితంగా ఉండాలి. 'అతి సర్వత్ర వర్జయేత్' కదా!

"మాధ్యమిక విద్య తర్వాత ఉన్నత పాఠశాలలో చేరి ఉన్నత విద్యను అభ్యసించాలి. ఈ ఉన్నత పాఠశాలలో కూడా రెండు దశలు ఉన్నాయి.
బోధిసత్వ దశః: తాను తెలుసుకున్న జ్ఞానాన్ని తన దగ్గరకు వచ్చిన వారికి బోధించేవాడు బోధిసత్వుడు. నేర్చుకోవాలని తపనపడేవారు ఆయన దగ్గరకు వెళ్ళాలే కానీ మన దగ్గరకు ఆయన రాడు.

బుద్ధత్వం - బుద్ధుడు : తాను తెలుసుకున్న జ్ఞానాన్నీ అనుభవాన్నీ ప్రతి ఊరికీ వెళ్ళీ అందరికీ పంచేవాడు, బోధించేవాడు బుద్ధుడు. బుద్ధత్వం వారిని ఒక చోట వుంచదు. "నేను పొందుతూన్న, పొందిన ఆనందాన్ని అందరికీ పంచాలి" అన్నది వారి ఆశయం. అందరినీ ధ్యానవంతులుగా, జ్ఞానవంతులుగా చెయ్యాలన్నదే వారి జీవిత లక్ష్యం. ఆ లక్ష్యాన్ని చేరుకోవడమే వారి జీవిత పరమావధి.
"ఈ విధంగా భూలోక పాఠశాలలో తమ విద్యను ముగించుకున్న అంశాత్మలు తమ జ్ఞానాన్ని అనుసరించి 'పాసు మార్కులు' సాధించిన వారు భువర్లోకం చేరితే, అంతకన్నా ఎక్కువ మార్కులు సాధించిన వారు .. ఉదా : 50 శాతం మార్కులు పొందిన వారు జనాలోకం... మరింత ఎక్కువ శాతం సాధించిన వారు మహాలోకం, ఆపై 99 శాతం వరకు సాధించిన వారు తపోలోకం... నూటికి నూరుశాతం సాధించిన వారు సత్యలోకం చేరుతారు. సత్యలోకం చేరిన వారిలో కొంతమంది .. తిరిగి ఈ భూమిపైకి వచ్చి ఉపాధ్యాయులుగా బోధిస్తారు .. మరి ఇలా రావడం అన్నది వారివారి ఇష్టప్రకారం వుంటుంది" అని తెలియజేశారు.

"భూలోకమే ఒక గొప్ప పాఠశాల"

"ఈ భూలోక ప్రపంచమే ఒక గొప్ప పాఠశాల! మనం అందరం కూడా ఆ పాఠశాలలో శిక్షణ పొందడానికి వచ్చిన విద్యార్థులం! పాఠశాలలో ప్రాథమిక, మాధ్యమిక మరి ఉన్నత స్థాయిలు వున్నట్లే మనం కూడా 'ప్రపంచం' అనే పాఠశాలలో మూడు స్థాయిల్లో విద్య నేర్చుకుంటాం! "జీవవధ చేయడం .. ప్రాణికోటిని వికృత చేష్టలతో శారీరకంగా హింసించడం .. మరి ఇతరుల వ్యక్తిగత అనుభవాలలో జోక్యం చేసుకోవడం వంటివి చేయకుండా జీవితాన్ని అహింసాయుతంగా గడపడం మనం ప్రాథమిక స్థాయి పాఠశాలలలో నేర్చుకుంటాం! "ధ్యానం చేయడం .. అన్ని విషయాల్లో మధ్యేమార్గంగా ఉండడం .. స్వాధ్యాయం చేసుకోవడం మాధ్యమిక స్థాయి పాఠశాలలలో నేర్చుకుంటాం!

"ధ్యానం ద్వారా మనల్ని మనం తీర్చిదిద్దుకుని బుద్ధత్వ స్థితికి చేరుకుంటూ మన దగ్గరికి వచ్చిన వారికి జ్ఞానాన్ని అందిస్తూ వారు కూడా వారి బుద్ధత్వస్థితికి చేరుకునేలా సహాయం చేయడం బోధిసత్వ స్థితి.

"మనం ఒక్కదగ్గరే కూర్చోకుండా అన్ని ప్రాంతాలకు తిరుగుతూ మన ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానాన్ని మరింతమందికి విస్తృతంగా పంచిపెట్టడం బుద్ధత్వస్థితి! "బోధిసత్వస్థితికి మరి బుద్ధత్వస్థితులు రెండూ తప్పక పొందడమే ఉన్నత పాఠశాలలో నేర్చుకునే అంశాలు. పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ బుద్ధత్వస్థితిలో వున్న మాస్టర్స్" అంటూ తెలియజేశారు!

అభిత్తరేథ కల్యాణే - శుభస్య శీఘ్రం"

నిశ్చయంగా తలచుకుంటే .. నిరంతర కృషీవలురు అయితే
ప్రతి ఒక్కరూ ఒక ఐన్‌స్టీన్ గా కాగలరు
ప్రతి ఒక్కరూ ఒక లియోనార్డో డా వించి లా అవగలరు
ప్రతి ఒక్కరూ ఒక మదర్ థెరిసా లా అవవచ్చు
ప్రతి ఒక్కరూ ఒక మహాత్మాగాంధీజీ లా కాగలరు
ప్రతి ఒక్కరూ ఒక ఆదిశంకరాచార్యులు కాగలరు
ప్రతి ఒక్కరూ ఒక ఏసు ప్రభువుగా మారగలరు
ప్రతి ఒక్కరూ ఒక గౌతమబుద్ధుడిలా జీవించగలరు
ప్రతి ఒక్కరూ ఒక వేదవ్యాసుడిలా సాధించగలరు

ఎవరైనా ఒకరు ఒకానొక గొప్ప పని చేస్తే దాని అర్థం
"మిగతా అందరూ కూడా ఆ పనిని చేయగలరు" అని ..
దీనినే "ఉపమాన ప్రమాణం" అంటాం
ప్రతి ఒక్కరి దగ్గరా అన్ని శక్తులూ నిబిడీకృతంగా వున్నాయి
అయితే, అవి ప్రకటితం కావడానికీ, యదార్థంగా రూపుదాల్చడానికీ
కావలసినవి "ఆత్మవిశ్వాసం" .. "తీవ్రవాంఛ" .. "లోకకల్యాణ ఆశయం"
"విశ్వాసం" అంటే మన .. మరి ఇతరుల .. ఆత్మశక్తి పట్ల మనకు ఉన్న "అఖండ నమ్మకం"
"విశ్వాసం"అన్నది అత్యంత ప్రబలమైన మౌలికమైన మహాశక్తి!
యోగీశ్వరుల, పరమాత్ముల ఆత్మశక్తి పట్ల నమ్మకం అన్నది "భక్తియోగం" అయితే
మన స్వీయ ఆత్మశక్తి పట్ల నమ్మకం అన్నది "ధ్యానయోగం/జ్ఞానయోగం" అవుతుంది.
మన ఆత్మవిశ్వాసం ఎటువైపు ధారగా ఉంటే అటువైపు మన జీవితం విశేషంగా ప్రసరిస్తుంది
ఆత్మవిశ్వాసం ఉంటే ఏదైనా చేయగలం

"శ్వాసధ్యాస ధ్యాన సాధన" ద్వారా మన స్వీయ ఆత్మతో మనం ఎంతగా కలిసి ఉంటామో
అంతగా మన ఆత్మవిశ్వాసం అన్నది విజృంభిస్తూ ఉంటుంది
"ఆవగింజంత ఆత్మవిశ్వాసం ఉన్నా పర్వాతాలను సైతం కదలించవచ్చు" అన్నారు ఏసుప్రభువు
ఆత్మవిశ్వాసంతో పాటు "తీవ్ర వాంఛ" అన్నది కూడా అత్యంత ముఖ్యం
ఈ రెండూ జతకూడితే అసాధ్యాలన్నీ అతి సహజంగా సుసాధ్యాలు అవుతాయి
ఆత్మవిశ్వాసంతో పాటు .. మరి తీవ్రవాంఛ తో పాటు..
"లోకకల్యాణ ఆశయం" అన్నది కూడా కలిపితే జీవితం మరి చరితార్థం అవుతుంది
నేటి "సరియైన పిల్లలే" రేపటి మహాపౌరులు .. నేటి "సరియైన పిల్లలే" రేపటి మహాకళాకారులు
నేటి "సరియైన పిల్లలే" రేపటి మహాశాస్త్రవేత్తలు .. నేటి "సరియైన పిల్లలే" రేపటి మహాయోగులు

విద్యాలయాలన్నీ విధిగా .. ప్రతి విద్యార్థికీ, విద్యార్థినికీ
సరియైన ధ్యానవిద్యనూ, సరియైన ధ్యాన అభ్యాసాన్నీ శాస్త్రీయంగా అందించాలి
ప్రతి విద్యాలయంలో కూడా
"ఆనాపానసతి-ధ్యానవిద్య"ను నేర్పించే ప్రత్యేక ఉపాధ్యాయులు ఉండి తీరాలి
అంతేకాక ప్రతి విద్యాలయం అహింసాధర్మాన్ని ప్రబోధించాలి
మరి శుద్ధ సాత్విక శాకాహార దైనందిన భోజన విధానాన్ని అమలు చేయించాలి
మాంసభక్షణ కోసం "జంతు/పక్షి/మత్స్య జాతుల వధ" అన్నది ప్రాణికోటి పట్ల
మానవజాతి యొక్క "మహా-అత్యాచారం"
"అత్యాచారం ఏదో, "శిష్టాచారం" ఏదో .. విద్యార్థులందరూ విధిగా తెలుసుకుని ఉండాలి
ప్రాపంచిక విద్యలన్నింటి కన్నా మౌలికమైనది ..
మరి ముఖ్యమైనది .. "ఆధ్యాత్మిక విద్య"
"ఆధ్యాత్మిక విద్య" ద్వారానే భిన్న భిన్న సంస్కృతుల వాళ్ళు, భిన్న భిన్న జాతుల వాళ్ళు
కలిసి మెలిసి సరియైన సంఘ-జీవితాన్ని అనుభవించగలుగుతారు
"ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రం" అన్నదే ఆరోగ్యశాస్త్రానికి మూలం
"ఆధ్యాత్మిక జీవితం" అన్నదే ఆనంద జీవితానికి సోపానం
"అభిత్థరేథ కల్యాణే .. మంగళదాయకమైన కర్మలను చేసేందుకు త్వరపడాలి" అన్నారు బుద్ధుడు
"మొక్కై వంగనిది .. మ్రానై వంగదు"
"A Stitch in time .. saves nine"

"ఆలస్యం అమృతం విషం"
శుభస్య శీఘ్రం"
గురువు ముఖతః వచ్చేవన్నీ మన అంతరాత్మ ప్రభోదాలే
"జీవితంలో మనకు ఎదురయ్యే ప్రతిఒక్క సమస్యకూ తగిన పరిష్కారం తప్పకుండా వుంటుంది ! ఆ పరిష్కారం కూడా .. నిదానంగా వెతికితే ..
మన అంతరంగంలోనే నిక్షిప్తమై వుంటుందే కానీ బయట వేరే ఎక్కడా వుండదు గాక వుండదు ! నిజానికి బయటివాళ్ళెవ్వరూ అసలు మన సమస్యను పరిష్కరించజాలరు.
తరచిచూస్తే మనకు ఎదురయ్యే ప్రతి ఒక్క సమస్య కూడా ..మనలోంచి ఒకానొక ప్రశ్నను ఉదయింపజేస్తుంది !
ఆ ప్రశ్నే .. మన సమస్యకు కావాల్సిన సమాధానాన్ని కూడా వెతికిపెడుతుంది !
అందుకే .. సమస్యలు వచ్చినప్పుడల్లా...
మన మనస్సులోంచి ఎన్నెన్నో ప్రశ్నలు ఉద్భవిస్తూ వుంటాయి.
ఎప్పుడైతే వాటన్నింటికీ మన అంతరంగంలోంచే మనకు సరియైన సమాధానాలు లభిస్తాయో .. అప్పుడు మన చిత్తం శాంతించి .. మనం మానసిక కల్లోలం నుంచి బయటపడి .. ఆ సమస్య యొక్క పరిష్కారం వైపుగా మన భౌతికపరమైన చర్యలు మొదలుపెడతాం. ఇలా సమాధానపడిన మనస్సుతో భౌతికపరమైన చర్యలను

సమర్థవంతంగా చేపట్టినప్పుడు ఆ సమస్యకు సంపూర్ణమైన మరి అద్భుతమైన పరిష్కారం తప్పకుండా లభ్యమవుతుంది.

చిన్ని చిన్ని సమస్యలకు చిన్ని చిన్ని పరిష్కారాలూ ..
మరి పెద్ద పెద్ద సమస్యలకు పెద్ద పెద్ద పరిష్కారాలూ అవసరమవుతాయి.
చిన్న సమస్యల పరిష్కారానికి మనకు పెద్దగా ధైర్యం అవసరం లేకపోయినా ..
పెద్ద పెద్ద సమస్యలను మాత్రం తగిన ధైర్యస్థైర్యాలతో ఎదుర్కోవాలి.
చిన్న సమస్యల పరిష్కారానికి మనకు మామూలు భౌతికపరమైన చర్యలు చాలు కానీ .. పెద్ద సమస్యల పరిష్కారానికి మాత్రం " ఆత్మశక్తి " చాలా, చాలా అవసరం.
ఒకవేళ మనకంటే ఎక్కువ ఆత్మశక్తిని కలిగివున్న సరియైన గురువు కనుక మనకు దొరికితే .. పెద్ద సమస్యలకే కాకుండా అతి చిన్న సమస్యల పరిష్కారానికి కూడా వారి నుంచి మనం సహకారాన్ని కోరవచ్చు.

అయితే .. ఇక్కడ అసలు " సమస్య " ఏమిటంటే .. ఎవ్వరికీ సరియైన గురువు దొరకకపోవడం. ఇలాంటి క్లిష్టపరిస్థితుల్లో మనం బయట ఎవరిని పడితే వాళ్ళనే " గురువులు " అని నమ్మకుండా .. ధ్యానం ద్వారా శాస్త్రీయ పద్ధతిలో మన అంతరంగంలోకి ప్రయాణం చేస్తూ మన " అంతరాత్మ " నే మనకు గురువుగా ఎంచుకోవాలి. నిరంతర ధ్యానసాధన ద్వారా ఆ " అంతరాత్మ " తోనే అనుసంధానం చెందుతూ .. ఆ " అంతరాత్మ " నుంచే సందేశాలు అందుకోవాలి. ఒకవేళ అదృష్టం బాగుండి మన అంతరాత్మకు ప్రతిరూపమైన గురువు కనుక బాహ్యప్రపంచంలో లభిస్తే .. ఇక మనకు మన అంతరాత్మతో ఎక్కువగా పనిలేదు.

ఇలా లభించిన అంతరాత్మకు ప్రతిరూపమైన అసలు గురువు మన అంతరాత్మ యొక్క బాహ్యరూపమే కాబట్టి అలాంటి గురువు బోధనలను మనకు అర్థం అయినా, కాకపోయినా సరే మారు పలుకకుండా అమలు పరచాల్సిందే !! ఎందుకంటే గురువు ముఖతః వచ్చేవన్నీ మన అంతరాత్మ ప్రబోధాలే కనుక ఇలాంటి గురువు బోధనలు మనకు .. మన సత్వర జ్ఞానోదయానికీ, మన సత్వర సమాధానాలకూ .. మరి మన సత్వర పరిష్కారాలకూ .. దగ్గరి దారిగా నిలుస్తాయి.

" ధ్యానం " మనలో వున్న ఆత్మశక్తిని పెంచి సమస్యలను ఎదుర్కోగలిగే సామర్థ్యాన్నీ, మరి బుద్ధికుశలతతో మన సమస్యలను సావధానంగా ఎదుర్కోగలిగే స్థిరచిత్తాన్ని ఇస్తుంది. తద్వారా మనం మనకు అందుబాటులో వున్న భౌతికపరమైన వనరులతో పాటుగా మన ఆత్మకు వున్నటువంటి అనంత శక్తులను కూడా కూడగలుపుకుని .. సమస్యను మరింత సమర్థవంతంగా ఎదుర్కోగలుగుతాం. అప్పుడు గెలుపు, ఓటముల సంగతి ప్రక్కకు పెడితే .. " అసలు సమస్య పట్ల మనం ఏ మేరకు అవగాహన సాధించాం " అన్నదాని మీదే " ఫలితం " అన్నది ఆధారపడి వుంటుంది.

ఇక్కడ తెలుసుకోవలసిన పరమసత్యం ఏమిటంటే .. ఏ గురువు కూడా వేరే ఎవరి సమస్యనూ తన భుజాన వేసుకోడు. కాకపోతే .. ఆ సమస్యల పట్ల శాస్త్రీయదృక్పథాన్ని ఏర్పరుస్తాడు ; కావలసిన ధైర్యం చెబుతాడు ! సమస్యలు మాత్రం ఎవరికి వారే పరిష్కరించుకోవాలి. ఎందుకంటే మన సమస్యల యుద్ధాల మనకు ఉన్నట్లే .. గురువులకు కూడా వారి సమస్యల యుద్ధాలు వారి పరిధిమేరకు వారికి వుంటాయి. " జీవితం " అంటేనే " ఒక క్రీడారంగంలాంటి యుద్ధరంగం ! " దానికి ఆది, అంతం లేవు ! అక్కడ ఎవరికి వారు ఒంటరిగా పోరాడాల్సిందే !

ఆత్మజ్ఞానం లేనివాళ్ళకు " జీవితం " అంటే " ఒక దుర్భరమైన ..భీభత్సమైన యుద్ధం " లా కనిపిస్తుంది, మరి అదే జీవితం ఒకానొక ఆత్మజ్ఞానికి " తన ఆత్మోన్నతి కోసం ఆడే ఒక మహాక్రీడ " లా అనిపిస్తుంది. ఎప్పుడైతే మనం పూర్తిగా ప్రాపంచికంలో పడిపోయి ఆత్మజ్ఞాన లోపంతో కూడి " జీవితం అన్నది ఒక ఆట మాత్రమే " అన్న సంగతి మరచిపోతామో .. ఇక అప్పుడు మనకు ఎదురయ్యే సమస్యలూ సవాళ్ళూ మనకంటే పెద్దవిగా మారి .. భూతాల్లా మనల్ని భయపెడతాయి. అదే మనం సరియైన ఆధ్యాత్మిక బాటలో పయనిస్తూ ఆత్మజ్ఞానప్రకశకుల్లా మారి సమస్యల పట్ల సరియైన అవగాహనతో మెలగితే .. ఇక సమస్యలు అన్నీ మనకంటే చిన్న చిన్నగా మారిపోయి మరి వాటి పరిష్కారాలు సులభతరం అయిపోతాయి.

" నేను స్వర్గాధిపతియైన దేవుని కుమారుడను " అంటారు జీసస్. అంటే " నేను స్వర్గ నియమాలతో కూడుకుని వున్న ఒకానొక గురువు యొక్క ఒకానొక శిష్యుణ్ణి " అని తనను తాను చెప్పుకుంటారు.

ఇక్కడ " స్వర్గం " అంటే ఒక ప్రదేశం, లేదా స్థలం కాదు. " స్వర్గం " అంటే ఆత్మ యొక్క స్థితి ! " గురువు " అంటే స్వర్గస్థితిలో వున్న ఒకానొక పురుషోత్తముడు ! " స్వర్గం " అంటే అంతా ఆనందమే. ఎవరైతే తమ అంతరాత్మకు ప్రతిరూపమైన గురువుతో కలిసి సదా వుంటారో వారు స్వర్గంలో వున్నట్లే !

మన అంతరాత్మకు ప్రతిరూపమైన సరియైన గురువు అంటే స్వర్గకళను చక్కగా ఔపోసన పట్టిన స్వర్గాధిపతి కాబట్టి మనందరం కూడా స్వర్గాధిపతి కుమారుల్లా వుందాం .. మరి మన శ్వాసరూపంలో ఉన్న మన " గురువు " తో కూడి మన సమస్యలను మనమే పరిష్కరించుకుందాం.

" నోటిలో ' శనిదేవుడు ' "

మనం అంతా దేవుళ్ళం
మనమంతా దివ్యలోకాలనుంచి భువికి దిగివచ్చిన దేవుళ్ళం
దివ్యలోకాలలో ఉన్నప్పుడు దివ్యలోకవాసులం
భువిలో ఉన్నప్పుడు భూలోకవాసులం
దివ్యలోకాలలో ఉన్నప్పుడు భూలోకం " పరలోకం " అవుతుంది
భువిలో ఉన్నప్పుడు దివ్యలోకాలు " పరలోకాలు " అనబడుతాయి
జననం ద్వారా భూలోకం అనబడే పాఠశాలకు పయనం
మరణం ద్వారా దివ్యలోకాలకు తిరుగు ప్రయాణం
భూలోకవాసులు ఆత్మజ్ఞానం ద్వారా మాత్రమే పై సత్యాలను దర్శిస్తారు ..
దర్శించి ఆనందంతో జీవిస్తారు .. ఆయురారోగ్యాలతో విరాజిల్లుతారు ..
చిరంజీవులుగా కూడానూ కొందరు వుంటారు
దిగివచ్చిన దేవుళ్ళందరూ సృష్టికి విశిష్ఠ అల్లుళ్ళే!
ప్రకృతి మాత అల్లుళ్ళందరినీ ఆశీర్వదిస్తుంది!
ప్రకృతి కాంత దిగివచ్చిన దేవుళ్ళందరికీ సర్వం సమర్పిస్తుంది
ప్రకృతి కాంత ప్రకృతి పురుషుడితో సమాగమం చెందవలె కదా
అయితే, కొందరి అల్లుళ్ళ నోర్లలో శనిదేవుడు !
దాంతో అంతా రసాభాస .. అంతా అస్తవ్యస్తం
అంతా దుఃఖం .. అంతా అంధకారం
భోగం పాళ్ళు బహు తక్కువ .. రోగం పాళ్ళు బహు ఎక్కువ
ఆత్మజ్ఞానం లేనందువల్లే అల్లుడినోట్లో మరి " శనిదేవుడు "
నోట్లో శనిదేవుడు ఉండడం బట్టే ఆత్మజ్ఞానం మరి లేకపోవటం
చెట్టు ముందా?! విత్తు ముందా?!
ఎటునుంచి ఎటువైపు అయినా నరుక్కు రావచ్చు
నోట్లో శనిదేవుడు పోతే ఇక అంతా నందనవనమే
ఇక భూలోకం దివ్యలోకమే .. ఇక భూతలం స్వర్గతుల్యమే
ఇంతకూ " నోట్లో శని " అంటే??
తినకూడనివి తినడమే " నోట్లో శని " అంటే !
మాట్లాడకూడనివి మాట్లాడితే మరి అదే " నోట్లో శని " అంటే !
మాంసాహారం అన్నది దిగివచ్చిన దేవుళ్ళను జంతుజాతి మృగాలుగా తయారుచేస్తుంది
మాంసాహారం = 50% శనిదేవుడు
ఇకపోతే వాక్కులలో అనాగరికత
వాణిలో దరిద్రత .. వాణిలో అసభ్యత

వాణిలో అశాస్త్రీయత .. వాణిలో అనాధ్యాత్మికత
ఇదంతా వెరసి మరొక " 50% శాతం శనిదేవుడు "
ఈ విధంగా 100% శనిదేవుడు అల్లుడినోట్లో శని వుంటే అల్లుడికి ఇక భోగం ఎక్కడిది?
సృష్టిమాతకు అల్లుడిగా వున్నా ఏం లాభం ? భోగించలేడు కదా!
వాణిలో అతి సర్వత్ర వర్జయేత్
వాణిలో అశుద్ధత సర్వత్ర వర్జయేత్
వాణిలో అశాస్త్రీయత సర్వత్ర వర్జయేత్
వాణిలో అనాధ్యాత్మికత సర్వత్ర వర్జయేత్
సంపూర్ణంగా శాకాహారులమైనప్పుడు, శుద్ధ శాకాహారులమైనప్పుడు
అల్లుడినోట్లో " శనిదేవుడు " సగం మాయమైనట్లు
ఆ తరువాత వాణి శుద్ధమైనప్పుడు .. వాక్కులు ఆధ్యాత్మికమయమైనప్పుడు
మిగతా అర్ధభాగం " శనిదేవుడు " పూర్తిగా అదృశ్యం చెందుతాడు
అల్లుడి నోట్లో " శనిదేవుడు " లేకపోతే ఇక అంతా వీర భోగమే..
ఇక అంతా క్షణక్షణ ఆనందమే ..
ఇక అంతా నిత్యకల్యాణం పచ్చతోరణమే ..
మానవులందరి నోర్లలో శనిదేవుడు పూర్ణంగా అదృశ్యమయ్యే యుగం
మనం ఇక అతి తొందరలో దర్శించబోతున్నాం
మానవ జీవితాలలో దరిద్రం, నరకం అన్నవి అప్పుడు నామమాత్రంగా కూడా వుండజాలవు
ఆ నవ్య-దివ్య-భవ్య యుగం కోసమే పిరమిడ్ మాస్టర్లు ఎంతో కష్టపడ్డారు - ఎంతో కష్టపడుతూన్నారు
ఇంకొన్ని సంవత్సరాలు కూడా మరి కష్టపడవలసిందే
ధ్యాన, స్వాధ్యాయ, సజ్జన సాంగత్యాల ద్వారా మాత్రమే"
శనిదేవుడు " మటుమాయం అవుతాడు
NO MORE " శనిదేవుడు " PLEASE ..

" ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానశాస్త్రం "

ఈ భూమ్మీద జన్మ తీసుకుని మనుగడ సాగిస్తూ ఉన్నప్రతి ఒక్క మనిషిలో కూడా అంతర్గతంగా అపారమైన " బుద్ధి " నిక్షిప్తమై ఉంటుంది. మనిషిని అతని చుట్టూ ఉన్న సకల జంతు ప్రపంచం నుంచి వేరు చేసే ఈ బుద్ధిని స్వీయపరిశీలనా సదృశమైన ధ్యానం ద్వారా వెలికి తెచ్చుకుని .. బుద్ధిపూర్వకంగా జీవించే పరిపూర్ణ విధానమే దివ్యజ్ఞానప్రకాశం !

ఈ దృశ్యమాన ప్రపంచంలో ఉన్న సమస్త వస్తు సమూదాయాన్నంతా కూడా ఒకానొక త్రాసులోని ఒకవైపు పళ్ళెంలో ఉంచి .. రెండవవైపు పళ్ళెంలో ఆనాపానసతి ధ్యానవిద్యను ఉంచినప్పుడు .. ఆ త్రాసు తన

మొగ్గను ధ్యానం వైపే చూపుతుంది.
ఎక్కడ ధ్యానం లేదో అక్కడ ఉత్సవం ఉండదు .. మరి ఎక్కడ ఉత్సవం ఉండదో అక్కడ జీవితం దుఃఖభాజనం అయిపోతుంది. కాబట్టి జీవితంలో అందివచ్చిన ప్రతి వర్తమాన సందర్భాన్ని కూడా ధ్యానపూర్వకంగా స్వీకరిస్తూ అనుభవజ్ఞానంతో కూడిన పాఠాలు నేర్చుకుంటూ ఆత్మపరిణామక్రమంలో ముందుకు సాగుతూ ఉండాలి.

సృష్టిపట్ల .. మరి స్వీయ జీవితంలోని వర్తమాన క్షణాలపట్ల .. గౌరవపూర్వకంగా, కృతజ్ఞతా పూర్వకంగా జీవించే శాస్త్రీయ జీవన విధానాన్ని మనకు నేర్పించేదే ఆధ్యాత్మికత!

" మూడు బుద్ధ వాక్యాలు "

ఈ రోజు మనం మూడు బుద్ధ వాక్యాలను గురించి విశేషంగా తెలుసుకుందాం!

1.బుద్ధంశరణంగచ్ఛామి

2.బుద్ధంధర్మంశరణంగచ్ఛామి

3. బుద్ధం సంఘం శరణం గచ్ఛామి

" శరణం గచ్ఛామి " అంటే శరణు వేడడం ! అంటే నేర్చుకోవడం ! " బుద్ధం శరణం గచ్ఛామి " అంటే బుద్ధుడి దగ్గరి నుంచి ప్రతి ఒక్కటీ నేర్చుకోవడం ; " బుద్ధధర్మం శరణం గచ్ఛామి " అంటే " బుద్ధ ధర్మం గురించి " ప్రతి ఒక్కటీ నేర్చుకోవడం ; మరి " బుద్ధంసంఘం శరణం గచ్ఛామి " అంటే బుద్ధుళ్ళ సంఘంతో కలసి ఉంటూ పరస్పర జ్ఞానమార్పిడి ద్వారా ప్రతిక్షణం ఎదగడం ! ఎలాగో నేర్చుకోవడం !
అయితే ఇక్కడ " బుద్ధుడు " అంటే కేవలం " గౌతమ బుద్ధుడు " అనే ఒకానొక దివ్యజ్ఞానప్రకాశ సంపన్నుడు మాత్రమే కాదు! తమ తమ పరిధుల మేరకు ఆత్మజ్ఞానయుతంగా బుద్ధిని పొందిన ప్రతి ఒక్కరూ బుద్ధుళ్ళే! ఎందుకంటే గౌతమ బుద్ధుడిలా దివ్యజ్ఞానప్రకాశాన్ని పొందే అవకాశం మనిషిగా ఈ భూమ్మీద జన్మించిన ప్రతి ఒక్కరికీ వుంది.
నిరంతర ధ్యాన సాధన ద్వారా తమలో ఉన్న బుద్ధిని పదునుపెట్టుకునే వాళ్ళంతా కూడా బుద్ధుళ్ళే కనుక మనం సమాజంలో ఉన్న ప్రతి ఒక్క బుద్ధుడినీ కలుసుకోవాలి ! " ఎలా ఉండాలి? ", " ఎలా ఉండకూడదు? ", " ఎలా మాట్లాడాలి? ", " ఎలా మాట్లాడకూడదు? ", " ఏం తినాలి? ", " ఏం తినకూడదు? " అన్నవాటన్నింటి పట్ల మౌలిక బుద్ధిని పెంపొందించుకుంటూ ఉండాలి.
ఇంగిత జ్ఞానంతో కూడిన పదార్థ శాస్త్ర విజ్ఞానం మరి బుద్ధితో కూడిన ఆధ్యాత్మికశాస్త్ర విజ్ఞానం మరి బుద్ధితో కూడిన ఆధ్యాత్మికశాస్త్ర విజ్ఞానాల యొక్క మేలు కలయికే దివ్యజ్ఞానప్రకాశం!
బుద్ధత్వజ్ఞానాన్ని అధ్యయనం చేయడానికి ఈ భూమ్మీద కానీ, మరి ఏ ఇతర లోకాలలో కానీ ప్రత్యేకమైన పాఠశాలలు ఏవీ వుండవు. ప్రతిఒక్కరూ తమ తమ జీవిత పాఠశాలల్లోనే నిరంతర ధ్యానసాధనతో బుద్ధత్వాన్ని అధ్యయనం చెయ్యాలి .. మరి తమలాంటి ఇతర సహాధ్యాయులతో పరస్పర అనుభవాలను పంచుకుంటూ

దివ్యజ్ఞానప్రకాశకుల్లా వెలగాలి. అదే " బుద్ధం శరణం గచ్ఛామి ".
నిరంతర ఆత్మపరిశీలనా సదృశమైన ధ్యానసాధనతో తమలోని బుద్ధత్వాన్ని ఎక్కువ శాతం వెలికి తెచ్చుకున్న దివ్యజ్ఞాన ప్రకాశకులు తమకంటే తక్కువ శాతం బుద్ధత్వం ఉన్నవాళ్ళకు తమ సహాయాన్ని అందిస్తూ వారు మరింత ఎదిగేలా చెయ్యాలి ! ఇదే " బుద్ధ ధర్మం " .. మరి బుద్ధి ఉన్న వాళ్ళందరూ పాటించాల్సిన ముఖ్యమైన ధర్మం !
అలాగే బుద్ధత్వ సాధనలో వివిధ స్థాయిల్లో వున్న దివ్యజ్ఞాన ప్రకాశకులంతా ఒక సమూహంలా ఏర్పడి తమ తమ బుద్ధి అనుభవాలను పరస్పరం పంచుకుంటూ ఉండడమే " బుద్ధ సంఘం శరణం గచ్ఛామి " అంటే.
" బుద్ధ సంఘం " లో ఎవరి సమస్యలను వారే తమ తమ జ్ఞానంతో పరిష్కరించుకుంటారు .. నిజానికి సమస్యల పరిష్కారం కోసం వారు ప్రత్యేక చర్యలేమీ తీసుకోరు ! తమ బుద్ధత్వ సాధనా సమయాన్ని మరింతగా పెంచి దివ్యజ్ఞానప్రకాశ అవగాహనను మరింతగా పొందినప్పుడు సమస్యలు చిన్నవిగా మారిపోయి వాటి పరిష్కారం సులభం అయిపోతుంది. పిరమిడ్ మాస్టర్ల సమూహం .. బుద్ధ సంఘానికి నిలువెత్తు రూపం ! ఇక్కడ ఉన్నవాళ్ళందరూ తమకు సన్మతిని ఇవ్వమని ఏ భగవంతుడినీ కోరరు ! తమకు తాముగా వారు తమ సన్మతిని పెంచి పోషించుకుంటూ వుంటారు.

" మూడు స్థాయిల దివ్యజ్ఞానం "

" దివ్యజ్ఞానం అన్నది మూడు స్థాయిలలో వుంటుంది !"
" దివ్యజ్ఞానం పొందటానికి ముందు వున్న దివ్యజ్ఞానం "
" దివ్యజ్ఞానం పొందటం "
" దివ్యజ్ఞానం పొందిన తరువాత దివ్యజ్ఞానం "
1) దివ్యజ్ఞానం పొందటానికి ముందు ఉన్న దివ్యజ్ఞానంలో సత్యాన్వేషణ వుంటుంది. సత్యం తెలుసుకోవాలన్న ఆకాంక్షతో దానికోసం వెతకటం. ఆ గురువు దగ్గరకూ, ఈ గురువు దగ్గరకూ వెళ్ళి శిష్యునిగా వుండే సుదీర్ఘ దశ.
2) దివ్యజ్ఞానం పొందటం - మార్గం తెలుసుకుని సాధన ద్వారా జ్ఞానం పొందటం, దివ్యచక్షువు యొక్క ఉత్తేజితం, సూక్ష్మ శరీర యానం, తాను శాశ్వతుడనని గుర్తించటం.
3) దివ్యజ్ఞానం పొందిన తరువాత దివ్యజ్ఞాన స్థితి - ఇది నిరంతరం విస్తరిస్తూ అనంత జ్ఞానం పెంపొందించుకునే స్థితి. ఇక్కడ ధ్యాన స్థితిలో సూక్ష్మశరీరాన్ని వదిలి కారణ శరీరంతోనూ, కారణ శరీరాన్ని వదిలి మహాకారణ శరీరంతోనూ ప్రయాణం చేసి వివిధ లోకాల జ్ఞానం పొందుతారు. ఇది పరిశోధనల బోధనల దశ ; ఇది అంతం లేని దశ.
ఆ రోజు " మదర్స్ డే "దినోత్సవం జరుపబడింది. ఆ సందర్భంగా పత్రీజీ సందేశం: " భారతదేశం ఆధ్యాత్మికతకు తల్లి. స్త్రీలను రెండు విధాలుగా అవగాహన చేసుకోవాలి. ఒకటి స్త్రీగా, మరొకటి ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తగా. "

ఆధ్యాత్మికత లేనప్పుడు కూడా స్త్రీ అత్యంత ప్రత్యేకమైనది. స్త్రీలు సహజంగానే సరళ ప్రవృత్తితో వుంటారు. వీరి నుంచి సహనం. ఔదార్యం నేర్చుకోవాలి. అయితే మాంసాహారం తీసుకోవటం వల్ల స్త్రీలు తమ ఔదార్యతను కోల్పోయారు. దానిని వదిలితే మళ్ళీ సహజత్వంలోకి వెళతారు. ప్రతి ఆత్మా .. సగం జన్మలు స్త్రీ శరీరాన్నీ, సగం జన్మలు పురుష శరీరాన్ని .. ధరిస్తుంది. స్త్రీ శరీరంలో ఉన్నప్పుడు బోధించాలి. పురుష శరీరంలో ఉన్నప్పుడు స్త్రీల నుంచి నేర్చుకోవాలి.

" ఆత్మసత్యం "

" అన్ని ఆత్మలూ అన్ని కాలాల్లోనూ దివ్యజ్ఞానంలోనే వుంటాయి " అన్నది సత్యం. " ఆత్మ " వైపు నుంచి చూస్తే అందరికీ " జ్ఞానం " వుంది. " మనస్సు " వైపు నుంచి చూస్తే " జ్ఞానం " కావాలి అన్పిస్తుంది. మనం జన్మ తీసుకున్న ప్రతిసారీ ఆత్మశరీరాల్లోకి ఉరుకుతుంది. శరీరం వదిలినప్పుడు ఆత్మ స్థితిలో వుంటుంది.

" మనం మన మనస్సు, శరీరం " అనుకున్నప్పుడు దుఃఖం వుంటుంది. బుద్ధుడు - " దుఃఖం ఎల్లెడలా వుంది. దుఃఖానికి మూలం తృష్ణ: తృష్ణ అవిద్య వల్ల జనిస్తుంది " అని చెప్పాడు. బుద్ధపూర్ణిమలో మూడు పూర్ణిమల బుద్ధుని జననం, దివ్యజ్ఞాన ప్రకాశం, మహాపరినిర్వాణం ఉన్నాయి.

బృహదారణ్యకోపనిషత్‌ను యాజ్ఞవల్క్య మహర్షి రచించారు. దానిలో - " మీరు ఇతరుల కోసం జీవిస్తున్నామని అనుకోవద్దు. ఇతరులు మీ కోసం జీవిస్తున్నారని అనుకోవద్దు. ఎవరికి వారు తమ స్వీయ ఆసక్తుల కోసమే జీవిస్తారు " - అన్నదానితో పాటు ఇంకా అనేక సత్యాలతో నిండి వున్న ఆ గ్రంధం అందరూ చదవాలి. ఆధ్యాత్మికతలో ఆనందించటం వుంటుంది తప్ప త్యాగం కాదు.

" బుద్ధత్వం "

నిరంతర బుద్ధి యొక్క అన్వేషణలో ఉండేవాడే బుద్ధుడు. ఐహికమైన ఇంగిత జ్ఞానాన్ని, ఆముష్మిక వివేకాన్ని కలిగి ఉన్నవాడే బుద్ధుడు. భౌతిక, మానసిక మేధో జీవితాలలో దోషరహితంగా వుండటమే బుద్ధత్వం. ఇతర పరిమాణాలలోకి వెళ్ళకపోతే సరిగ్గా మాట్లాడటం రాదు. ఆలోచనలకూ, చర్యలకూ మధ్య మాటలు వుంటాయి. ఆలోచనలను చదవలేము. చర్యలను అర్థం చేసుకోలేము. ఈ రెండింటినీ వ్యక్తీకరించే మాటలలో స్పష్టత వుండాలి. మీరు మాట్లాడే విధానం ' ధ్యానం ' కన్నా ముఖ్యమైనది. ప్రతి మాటా, చేతా, క్షణమూ, వ్యక్తీ రెండవ దానివలే ముఖ్యమైనదే.

" దేవతలు తొంగి చూడటానికి భయపడే చోటుకు మూర్ఖులు పరుగుతీస్తారు " అని సామెత. మనకు మన స్వంత గొంతుక వినాలని కోరిక. దానికోసం నిరంతరం వాగుతూ వుంటాం. ఎవరినైనా కలవబోయే ముందు మిమ్మల్ని మీరు నిర్మలంగా వుంచుకుని, సౌందర్యభరితం చేసుకుని, అప్పుడే మాట్లాడాలి.

" సత్యం, శివం సుందరం "

మానవునికీ, జంతువుకూ మధ్య తేడా సత్యం, శివం, సుందరమే ! ఎప్పటికీ నిత్యంగా వుండేది సత్యమే ! అంటే మార్పుచెందని ఆత్మే సత్యం.
హిందూ తత్వం ' సర్వస్వం 'తో ముడిపడి వుంటే బుద్ధ తత్వం ' శూన్యం ' తో ముడిపడి వుంటుంది. అవి రెండూ అర్ధ సత్యాలే. రెండింటి మేలు కలయికే " పిరమిడ్ తత్వం ".
' సత్యం ' నుంచి వెలువరించబడే ఉల్లాసమే ' శివం '. అలాంటి వారి నుంచి వెలువడే మందహాసాలు ' సుందరం ' ధ్యాన, స్వాధ్యాయ, సజ్జనసాంగత్యాల ద్వారా ' సత్యం ' లభిస్తుంది. పిరమిడ్ మాస్టర్లు అన్ని కోణాలలోనూ .. 360 డిగ్రీస్‌లోనూ .. నిష్కపటంగా ఉంటారు.

ధ్యానం ద్వారా శక్తి .. దాని ద్వారా " ఆత్మానుభవం "
స్వాధ్యాయం ద్వారా " బుద్ధి వికాసం "
సజ్జన సాంగత్యం ద్వారా " హృదయ విశాలత్వం "
ఇంతటి విశేషజ్ఞానాన్ని అందించిన పత్రీజీ కి ..

గురుదేవుళ్ళందరికీ ప్రణామాలు "

" గురు పౌర్ణమి "
" వ్యాస పౌర్ణమి " అని కూడా అంటారు.
శ్రీ వేదవ్యాసులు .. వారు ఆది గురువులలో అత్యంత విశిష్ట స్థానాన్ని అధిరోహించినవారు
కనుకనే గురుపౌర్ణమి " వ్యాసపౌర్ణమి " గా అభివర్ణించబడింది
" వ్యాసం " అంటే " వ్యాప్తం కావడం "
ఏది వ్యాప్తం కావాలి?
మన వివేకం అన్నది వ్యాప్తి కావాలి ..
మన కరుణా హృదయం అన్నది వ్యాప్తి చెందాలి ..
మన ఆత్మవిజ్ఞానం అన్నది వ్యాప్తి చెందాలి ..
" వివేకం " అంటే ఏది మంచి, ఏది చెడు శాస్త్రీయంగా చెప్పేది
" వివేకం " అంటే ఏది యుక్తం, ఏది అయుక్తం అన్న వాటిని స్పష్టపరచేది
" వివేకం " అంటే ఏది శాశ్వతం, ఏది అశాశ్వతం అన్నది తెలియజేసేది
" వివేకం " అంటే ఏది ప్రస్తుతం, ఏది అప్రస్తుతం వివరించి చెప్పేది
" వివేకం " అంటే ఏది సమంజసం, ఏది అసమంజసం .. ఏది సందర్భం, ఏది అసందర్భం
అన్నీ అవగాహనకు తెచ్చేది
వివేకానికి మరో పేరు " జ్ఞానం " వివేకోదయమే " జ్ఞానోదయం "

" గురుపౌర్ణమి " అన్నది సకల గురువులకూ అంకితమైనది
కష్టపడి మనకు ఎన్నెన్నో నేర్పించిన ప్రత్యక్ష గురువులనూ ..
మరి సకల పరోక్ష గురువులనూ .. అందరినీ .. ఆత్మీయ స్మరణకు తెచ్చుకునే సమయం
" యః యాచినోతి, ఆచరతి, ఆచారయతి చ సః ఆచార్యః "
" ఎవరైతే వివేకాన్నీ, జ్ఞానాన్నీ యాచిస్తారో .. మరి స్వయంగా ఆచరణలో పెడ్తారో ..
అంతేకాక, ఇతరులతో కూడా ఆచరింపచేస్తారో వారిని ' ఆచార్యులు ' అంటారు "
ఆచార్యులు అందరూ కూడా నిరంతరం తమ తమ స్థాయిలలో
వివేకాన్నీ, జ్ఞానాన్నీ .. ఎప్పటికప్పుడు మరింతగా ఆశిస్తూ, ఆర్జిస్తూ వుంటారు
తమ తమ స్థాయిలలో ఆచరణలో పెట్టేందుకు మరింతగా అభ్యాసం చేస్తూనే వుంటారు
తమ తమ స్థాయిలలో ఇతరులచేత ఆచరింప చేయడానికి సదా కృషిచేస్తూనే వుంటారు
" మాతృదేవోభవ " .. " పితృదేవోభవ " .. " ఆచార్యదేవోభవ "
తల్లి ప్రథమ గురువు, తండ్రి ద్వితీయ గురువు
ఆచార్యులు తృతీయ గురువులు
పుట్టించినవాళ్ళు, పెంచినవాళ్ళు అందరూ తల్లులే .. మరి తండ్రులే ..
విద్యాబుద్ధులు నేర్పించే వారందరూ ఆత్మబోధ చేసేవాళ్ళందరూ .. మరి ఆచార్యులే
తల్లితండ్రులందరికీ, ఆచార్య గురుదేవుళ్ళందరికీ
" గురుపౌర్ణిమ " సందర్భంగా అనంతకోటి ప్రణామాలు!

"నాలుగు యోగాలు"

ప్రతి జీవీ తన పరిణామక్రమంలో అన్ని దశలనూ విధిగా దాటాల్సిందే
"భక్తియోగం" అంటే "నామసంకీర్తనం ఇత్యాది"
"కర్మయోగం" అంటే "నిష్కామకర్మ"
"జ్ఞానయోగం" అంటే "ఆత్మజ్ఞానశాస్త్ర పరిచయం"
"ధ్యానయోగం" అంటే "అనుభవైక్య జ్ఞానం
"భక్తియోగం" వల్ల తమోగుణం క్షీణిస్తుంది; రజోగుణం అభివృద్ధి చెందుతుంది
"కర్మయోగం" వల్ల రజోగుణం క్షీణిస్తుంది; సత్వగుణం అభివృద్ధి చెందుతుంది
"జ్ఞానయోగం" వల్ల సత్వగుణం ప్రధానమవుతూ "నిర్గుణత్వం" కూడా అభివృద్ధి చెందుతూ వుంటుంది
"ధ్యానయోగం" వల్ల ఒకానొక సత్వగుణప్రధాని మరింత త్వరితంగా శుద్ధసత్వుడు, మరి నిర్గుణుడు అవుతాడు
కనుక, **"భక్తియోగం"** ప్రాథమిక విద్యార్థులకు . . అంటే . . ఆత్మపరంగా శైశవదశలోనూ మరి బాల్యావస్థలోనూ ఉన్నవారికి మాత్రమే వర్తిస్తుంది
"కర్మయోగం" మాధ్యమిక విద్యార్థులకు అంటే ఆత్మపరంగా యువావస్థలో ఉన్నవారికి వర్తిస్తుంది
"జ్ఞానయోగం" తరువాత ఆత్మపరంగా వృద్ధావస్థలో వచ్చేదే **"ధ్యానయోగం" చివరి అధ్యాయమే**
ధ్యానయోగం ధ్యానం వల్లనే అనుభవ జ్ఞానం - అనుభవజ్ఞానం వల్లనే ముక్తి

"యోగి"

"యోగి" అంటే ఎవరో
యోగి వేమన చక్కగా చెప్పారు :

"ఎచట నుంచి వచ్చు నెచటికి దాబోవు ?
నిద్ర చంద మెరుగ నేర్చనేని
ఆత్మరాకపోకలతడె పో శివయోగి
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ"

"ఆత్మ" అంటే "దేహం" కన్నా భిన్నంగా వున్న "దేహి" ;
అంటే "బల్బు" లో ప్రసరిస్తున్న "కరెంటు" లాంటిది
"ఆత్మ" ను గురించి తెలియజేసేదే "యోగవిద్య" . .
"యోగవిద్య" నెరిగిన వాడే "శివయోగి"
"మనం ఏ లోకాల నుంచి వచ్చాం? "
"చనిపోయిన తర్వాత ఏ లోకాలకు వెళ్తాం ?"
"అసలు నిద్ర అంటే ఏమిటి?"
"ఆత్మ రాకపోకలు ఎలా జరుగుతాయి ?"
. . ఇలాంటి వాటన్నింటి గురించీ సక్రమ ధ్యానాభ్యాసం లో
తెలుసుకోవలసిన వాటినన్నింటినీ తెలుసుకున్నవాడే "యోగి"

*** వేమన మహాయోగి ;**
మనం కూడా మహాయోగులం కావాలి.

" యోగపరంపర "

ఆత్మ పరిణామక్రమంలో భాగంగా ఒకానొక పూర్ణాత్మ నుంచి అంశాత్మ శకలాలు గా విడివడిన మనం .. ఈ భూమి మీద అనేకానేక జీవరాసులుగా రకరకాల జన్మలు తీసుకుంటూంటాం. ఈ క్రమంలో రకరకాల అనుభవాలను గడిస్తూ .. చిట్టచివరిదశగా " ఉత్కృష్టమైన మానవ జన్మ " ను పొందుతాం.

అంశాత్మశకలాలుగా మనం రకరకాల చైతన్యస్థాయిలను అనుభవిస్తూ చేసే ఈ ప్రయాణంలో క్రిందిస్థాయి జన్మలు తీసుకున్నప్పుడు .. " సామూహిక ఆత్మస్థితి " లోనే ఆయా జన్మల యొక్క అనుభవాలను గడిస్తాం.

ఆ తరువాత " వ్యక్తిగతమైన అనుభవాలు " పొందడానికి ఉన్నతమైన మానవజన్మలోకి వస్తాం. అక్కడ మనకు " మాట, ఆలోచన .. మనస్సు, భావన " అన్న లక్షణాలు అలవడి .. వాటికి సంబంధించిన రకరకాల కర్మలను చేస్తూ .. కర్మసిద్ధాంతానికి అనుగుణంగా కర్మఫలితాలను పొందుతూ ఉంటాం ; అంటే సామూహిక ఆత్మస్థాయి లో లేని కర్మసిద్ధాంతం .. మనకు వ్యక్తిగత అనుభవాల కోసం తీసుకున్న మానవ జన్మనుంచే పనిచెయ్యడం మొదలవుతుంది.

అప్పటినుంచి ఇక కర్మసిద్ధాంతాన్ని అనుసరించి మన ఆత్మ రకరకాల మానవశరీరాల్లో జన్మలను తీసుకుంటూ వుంటుంది. ఈ క్రమంలో ఎంతెంతో అనుభవజ్ఞానాన్ని పొందుతూన్న ఆత్మ .. నిరంతర పరిణామదిశగా మరింత పరిణితిని సాధించి .. తాను కూడా ఇంకొక " పూర్ణాత్మ " గా రూపుదిద్దుకుంటుంది. దీనినే " జన్మపరంపర " అంటాం.

" బహూనాం జన్మనామంతే జ్ఞానవాన్ మాం ప్రపద్యతే " అంటూ శ్రీకృష్ణులవారు కూడా " జన్మ పరంపరలోని చివరి దశల్లోనే మనం జ్ఞానవంతులం అవుతూంటాం " అని భగవద్గీత లో తెలియజేసారు.

" జన్మపరంపర " లోని మొట్టమొదటి జన్మల్లో మనకు జ్ఞానం యొక్క అవసరం అంతగా ఉండదు ! చిన్నపిల్లలు బొమ్మలతో ఆడుకుంటూన్నట్లు .. ఆ స్థితిలో మనం మన శరీరంతో ఆడుకుంటూ ఉంటాం ! కేవలం మన శరీరం కోసమే మనం జీవిస్తూ .. తినడం, త్రాగడం, పడుకోవడం, పెళ్ళిచేసుకోవడం, పిల్లల్ని కనడం .. మళ్ళీ వాళ్ళు చావకుండా వాళ్ళ కోసం పోరాటం .. ఇలాంటివన్నీ చేస్తూంటాం !
ఇలా ఆ స్థితిలో మనం కేవలం మన భౌతిక అస్తిత్వం కోసమే ఎన్నెన్నో జన్మలను తీసుకుంటూంటాం .. మరి ప్రతి ఒక్క భౌతిక జన్మ తర్వాత కూడా చనిపోతూ .. " పురోగమన సిద్ధాంతం " ప్రకారం మళ్ళీ మళ్ళీ అనేకానేక చోట్ల పుడుతూంటాం ! ఇదంతా కూడా మన " జన్మపరంపర " లోని ప్రారంభదశలో వున్న " తమోగుణం " తో కూడిన జన్మపరంపరలోని స్థితులు.

ఇలా వందో .. రెండువందలో జన్మలు తీసుకున్న తరువాత మనం " నేను కేవలం ఇడ్లీ - సాంబారు తినడానికో, లేక కోళ్ళూ మేకలూ మరి రొయ్యలూ తినడానికో పుట్టలేదు " అని తెలుసుకుంటాం !

అప్పటినుంచి " నేను కూడా ప్రజల్లో గుర్తింపు పొందాలి ; నేను ఒక రారాజును కావాలి ; నేను అందరిలో ప్రప్రథముడిలాగా ఉండాలి .. మరి నా తరువాతే అందరూ వుండాలి ; అందరూ నా కాళ్ళకే మ్రొక్కాలి .. ప్రక్కవాళ్ళ కాళ్ళకు మ్రొక్కకూడదు " అన్న " అహంకార వాంఛలు " మనలో మొదలవుతాయి.

ఆ వాంఛలకు తగినట్లు మనం అనేకానేక జన్మల్లో .. అనేకానేక శరీరాలు తీసుకుని ఇతరులపై ఆధిపత్యాన్ని పొందే పోరాటం చేస్తూ .. పుడుతూంటాం .. మళ్ళీ చస్తూంటాం ! ఇదంతా కూడా మన జన్మపరంపర లోని " రజోగుణం " తో కూడిన దశలు.

ఈ విధంగా తమోగుణ, రజోగుణ దశలతో కూడిన జన్మపరంపర లలో మన ఆత్మ .. తన ఇచ్ఛా - స్వేచ్ఛల ఆధారంగా కొన్ని వందల జన్మలు తీసుకుంటూ .. ఎన్నో బాధలూ, కష్టాలూ అనుభవించిన తరువాత .. " సత్వగుణం " లోకి ప్రవేశిస్తుంది.

అలా సత్వగుణ దశలోకి ప్రవేశించిన మన ఆత్మ " అసలు నేనెవరు " .. " ఇలా ఈ బాధలను మళ్ళీ మళ్ళీ ఎందుకు అనుభవిస్తున్నాను ?" .. " ఇక ఈ బాధలు అనుభవించకూడదు అంటే నేను ఏం చేయ్యాలి ? " అన్న ఆత్మసత్య పరిశోధన కు అంకురార్పణ చేసుకుంటుంది.

ఇలాంటి " సత్వగుణ స్థితి " లోనే మన ఆత్మకు జ్ఞానం యొక్క అవసరం వుంటుంది .. మరి మన " యోగపరంపర " అక్కడి నుంచే మొదలవుతుంది.
" యోగపరంపర "
యోగపరంపర లో .. " భక్తియోగం ", " కర్మయోగం ", " ధ్యానయోగం " మరి " జ్ఞానయోగం " అన్న నాలుగు దశలు వుంటాయి.
" భక్తియోగం " అంటే అందరూ చెప్పుకునేట్లు గుళ్ళూ గోపురాలూ తిరుగుతూ టెంకాయలు కొట్టి దేవుడి ముందు కోరికల చిట్టాలు విప్పడం కాదు, " స్వస్వరూపానుసంధానం భక్తిరిత్యభిధీయతే " అని శాస్త్రంలో సుస్పష్టంగా చెప్పబడినట్లు " భక్తి " అంటే " మన స్వస్వరూపం ఏమిటో ముందుగా తెలుసుకుని .. దానితో ఏకమై ఉండటం ".
మనం అలా భక్తితో కూడుకుని మన స్వస్వరూపంతో ఏకమయ్యాక .. యోగపరంపరలోని " కర్మయోగం ", " ధ్యానయోగం " మరి " జ్ఞానయోగం " అన్న దశల్లోకి క్రమక్రమంగా ప్రవేశిస్తూ ఆ యా దశల్లోని సంపూర్ణజ్ఞానాన్ని పొందుతూ ఆత్మ పరిణితి దిశగా సాగిపోతూంటాం.
ఈ పరిణామక్రమంలో మనం .. " కర్మయోగంలోని మొదటిదశ " లో కొన్ని జన్మలు .. తరువాత " జ్ఞానయోగంలోని మొదటిదశ " లో కొన్నిజన్మలు .. ఆ తరువాత " ధ్యానయోగం " లో కొన్ని జన్మలను తీసుకుంటూ .. ఎంతెంతో అనుభవ జ్ఞానాన్ని పొందుతూంటాం.

ఆత్మశకలాలుగా మనం అలా పొందిన అనుభవజ్ఞానం తో కొంతవరకు పరణితి చెందిన ఆత్మగా మారి .. " జ్ఞానయోగం లోని రెండవ దశ " లో ఆ తరువాత " కర్మయోగంలోని రెండవ దశ " లో మన చిట్టచివరి జన్మలను తీసుకుంటాం.

ఇక్కడితో మన ఆత్మ శకలం యొక్క జన్మపరంపర పూర్తిఅయిపోయి .. తానుకూడా అనుభవజ్ఞానంతో పండిపోయిన మరొక " పరిపూర్ణ పూర్ణాత్మ " గా వికసిస్తుంది. ఆ " శిఖరాగ్ర స్థితి " కి ప్రతి ఒక్కరూ చేరుకోవాలంటే .. వారు " యోగపరంపర " అనే మెట్లను తప్పక ఎక్కాల్సి వుంటుంది.

" కర్మయోగం -1 "

" యోగపరంపర " లోని కర్మయోగం - 1 లో A, B, C ,D, అనే నాలుగు స్థితులు వున్నాయి :

A స్థితి లో : " మనం ఎవ్వరికీ మంచి చేయకపోయినా ఫరవాలేదు కానీ చెడు మాత్రం చేయవద్దు ; ఏ ప్రాణినీ హింసించవద్దు, ఎవ్వరితోనూ ద్వేషభావంతో ఉండవద్దు " అని తెలుసుకునే అభ్యాసంతో మనకు కొన్ని జన్మలు గడిచిపోతాయి.

B స్థితిలో : " ప్రక్కవాడికి కూడా మంచి చెయ్యడానికి పూనుకోవాలి .. మరి అలా చేస్తే నాకు కూడా మంచే జరుగుతుంది. మనం ఇతరులకు ఎంత మంచి చేస్తే .. మనకు అంతకంటే రెట్టింపు మంచి జరుగుతుంది. కాబట్టి అందరికీ అన్నదానం చేద్దాం, వస్త్రదానం చేద్దాం .. సంఘం గురించి మనం ఆలోచిస్తే మన గురించి సంఘం కూడా ఆలోచిస్తుంది .. ఇక అప్పుడు మనం ఇంకా బాగా జీవించవచ్చు " .. అని తెలుసుకునే అభ్యాసంతో మరి కొన్ని జన్మలు గడిచిపోతాయి.

C స్థితిలో : " ఫలితాన్ని ఆశించకుండా మంచి కర్మలు చేస్తూ, చేస్తూ వుంటే .. ‘ కర్మణ్యేవాధికారస్తే మా ఫలేషు కదాచన ’ అని భగవద్గీతలో శ్రీ కృష్ణులవారు చెప్పినట్లు .. కర్మఫలితాలు వాటంతట అవే వచ్చి చేరుతూంటాయి " అని తెలుసుకునే అభ్యాసంతో మనసా వాచా కర్మణా శుభకర్మలు చేస్తూ ఇంకా కొన్ని జన్మలు గడిచిపోతాయి.

D స్థితి లో : " కర్మఫలత్యాగమే కాదు .. అసలు ‘ నేను ’ అన్న కర్తృత్వపు భావన కూడా లేకుండా స్వీయ అవగాహనా మేరకు శుభకర్మలను నిరంతరం చేస్తూ ఉండడమే ఉత్తమమైన స్థితి " అని అవగాహన చేసుకుని .. ఇక నిమిత్తమాత్రంగా కర్మలు చేస్తూ మరిన్ని జన్మలు గడిచిపోతాయి.

" జ్ఞానయోగం -1 "

ఇలా " కర్మయోగం మొదటిభాగం " లోని నాలుగు స్థితిలో మనం అనేకానేక ఆత్మ అనుభవాలను పొందిన తరువాత " జ్ఞానయోగం - మొదటిదశ " కు చేరుకుంటాం.

ఇక్కడ " మనం కేవలం మానవశరీర ధారులమేకాదు .. ఆత్మస్వరూపులం కూడా ! ఈ సృష్టిలో మన భౌతికపరమైన కంటికి కనిపించే కేవలం కొన్ని దృశ్యాలు మాత్రమే కాకుండా ఇంకా మనకు గ్రాహ్యమైన విజ్ఞానానికీ మరి మనకు తెలిసిన విజ్ఞానశాస్త్రానికీ అంతుబట్టని అనేకానేక ఇతర దృశ్యాలూ మరి లోకాలు కూడా వున్నాయి " అని తెలుసుకుంటాం.

ఇక్కడే మనం .. ప్రవచనాలను వినడం, " బైబిల్ యొక్క, భగవద్గీత యొక్క సారాంశాలను తెలుసుకోవడం " లాంటి ప్రక్రియలను మొదలుపెడతాం. ఇదంతా కూడా జ్ఞానయోగం లోని మొదటి దశ మరి ఇందులో కూడా A, B, C ,D, అని నాలుగు స్థితులు వుంటాయి.

A - శ్రవణం -1 .. B - మననం -1

C - నిధిధ్యాసన -1 .. D - ఆత్మసాక్షాత్కారం -1

A - శ్రవణం -1 : ఈ స్థితిలో మనం ఆధ్యాత్మికతకు సంబంధించిన అనేకానేక విషయాలను శ్రద్ధగా వింటాం. ఎక్కడో జరిగే జీసస్ క్రైస్ట్ సువార్తలనూ, మరెక్కడో జరిగే గీతాజ్ఞాన యజ్ఞాలలో చెప్పే ప్రవచనాలనూ లేదా పిరమిడ్ సామూహిక ధ్యానశిక్షణా శిబిరాల్లో చెప్పే విషయాలనూ శ్రద్ధగా వింటూంటాం. అంతకు ముందు జన్మల్లో మన మనస్సుకు పట్టని ఒకానొక " జ్ఞాన పిపాస " అప్పుడు మొదలై .. " మనం క్రొత్త విషయాలను వినాలి " అనిపిస్తూంటుంది. అలా కొన్ని జన్మలను మనం కేవలం వింటూనే గడిపేస్తాం.

B - మననం -1 : ఇక అక్కడి నుంచి విన్నదంతా " మననం " చేసుకోవడం మొదలుపెడతాం : " నిజమే ! దేవుని రాజ్యం మనలోనే ఉందని జీసస్ క్రైస్ట్ .. చెప్పాడు కదా ! మరి ఆ దేవుని రాజ్యంలోకి మనం ఎలా ప్రవేశించాలి ? " అంటూ పదే పదే మననం చేసుకుంటూ అలా ప్రవేశించే దారి కోసం ఎన్నెన్నో జన్మలు రకరకాల ప్రయత్నాలు చేస్తాం.

" తే త్వం భూంక్త్వా స్వర్గలోకం విశాలం క్షీణే పుణ్యే మర్త్యలోకం విశన్తి : .. అంటూ " విశాలమైన స్వర్గలోకాన్ని భుజించిన తరువాత కూడా నువ్వు మళ్ళీ మళ్ళీ ఈ లోకానికి వస్తూంటావు " అని శ్రీకృష్ణపరమాత్ములవారు భగవద్గీత లో అర్జునుడికి వివరించారు. అది విని మనం కూడా .. " ఓహో ! అయితే నేను స్వర్గలోకాలకు వెళ్ళి కూడా అర్జునుడిలాగే మళ్ళీ మళ్ళీ ఈ లోకానికి వస్తూన్నానా ? మరి దీనికి ఏమిటి కారణం ? " అని మననం చేసుకుంటూ ఉంటాం. అలా కొన్ని జన్మలు గడిపేస్తాం.

C - నిధిధ్యాసన -1 : ఆ తరువాత " నా భౌతిక శరీరం ఇక్కడే ఈ భౌతికతలం మీదే నశించిపోయినా నేను మాత్రం శాశ్వతమైన ఆత్మ రూపంలో వుంటూ మళ్ళీ మళ్ళీ ఇక్కడికి వచ్చి వెళ్తూనే వుంటాను " అన్న సత్యాన్ని తెలుసుకుని ఇక ఆత్మపరంగా జీవించడానికి ప్రయత్నాలు మొదలుపెడతాం.

" రేపో, ఎల్లుండో నేను చనిపోయి వేరే లోకాలకు వెళ్ళిపోయినా సరే .. అక్కడ కూడా నేను హాయిగా బ్రతుకుతాను. అక్కడ వున్న జీసస్ క్రైస్ట్, శ్రీకృష్ణుడు, అల్లా, రాముడు వంటి ఉన్నత ఆత్మలతో కలిసి నేను ఆనందంగా వుంటాను " అన్న " నిధిధ్యాసన " తో కొన్ని జన్మలను గడిపేస్తాము.D - ఆత్మసాక్షాత్కారం -1 : నిధిధ్యాసన -1 తో కూడి ఆత్మపరంగా జీవిస్తూ .. నిజ జీవితంలో జరిగే ప్రతిఒక్క సంఘటన పట్ల ఒక సాక్షి లా ఉండటమే .. " ఆత్మ సాక్షాత్కారం -1 ". పుట్టే వాళ్ళు పుడుతూంటారు, చనిపోయేవాళ్ళు చనిపోతూంటారు ; పెళ్ళిళ్ళు అయ్యే వాళ్ళకు పెళ్ళిళ్ళు అవుతూంటాయి, విడిపోయేవాళ్ళు విడిపోతూంటారు ;

మరి బాధపడేవాళ్ళు బాధపడుతూంటారు, ఆనందించే వాళ్ళు ఆనందిస్తూంటారు .. కానీ మనం మాత్రం " కేవలం ఒక సాక్షి " లా వాటన్నింటినీ గమనిస్తూ .. జీసస్, శ్రీకృష్ణుడు మరి శ్రీరాముడి యొక్క జ్ఞానంతో జీవిస్తూంటాం.

కలిమిలేముల్లో, జయాపజయాల్లో, చీకటి వెలుగుల్లో .. ఇలా ప్రతిఒక్క విషయంలో కూడా మనం ఆత్మ యొక్క సాక్షీతత్వంతో ఉండగలగడమే .. " ఆత్మసాక్షాత్కారం - 1 ".

విశ్వవిఖ్యాత సాహితీవేత్త విలియమ్ షేక్స్పియర్ .. " All the world is a stage ; we are all mere actors ; we strut and fume ; we do our part and depart " అని సెలవిచ్చినట్లు .. మనం కూడా " ఓహో ! నేను ' భర్త ' గా వున్నాను కనుక అలా నటించాలి .. నేను ' భార్య ' గా ఉన్నాను కనుక భార్యపాత్రను పోషించాలి .. అంతేకానీ నేను నిజమైన భర్తను కానీ నిజమైన భార్యను కానీ కాను " అన్న సత్యాన్ని తెలుసుకుని ఆ విధమైన నాటకీయ భావనతో జీవిస్తాం.

" భజగోవిందం " అన్న చిన్ని కావ్యంలో శ్రీ ఆదిశంకరా చార్యుల వారు కూడా .. " కస్త్వం కోహం కుత ఆయాతః కామే జననీ కోమే తాతః ఇతి పరిభావయ సర్వం అసారం విశ్వం త్యక్త్వా స్వప్నవిచారం " .. " అయ్యా ఎవరు నువ్వు ? ఎవరు నేను ? ఎవరు తల్లి ? ఎవరు తండ్రి ? ఇదంతా కూడా ఒక ' కల ' కాబట్టి కలను కలలాగే ఆస్వాదించు " అంటూ సూటిగా తెలియజేసారు.

ఇంత గొప్ప ఆత్మాసాక్షాత్కార స్థితి అన్నది " జ్ఞానయోగం యొక్క మొదటి భాగానికి " పరాకాష్ఠ .. మరి ఇలాంటి సాక్షీతత్వం తో కూడిన ఆత్మజ్ఞానంతో మనం కొన్ని జన్మలను తీసుకుంటాం. అక్కడి నుంచి మనం " ధ్యానయోగం " లోకి ప్రవేశిస్తాం.

అయితే ఇక్కడ మనం తెలుసుకొవాల్సిన ముఖ్యవిషయం ఏమిటంటే .. ప్రతి ఒక్కదశలోని వివిధ స్థితుల్లో కూడా మన ఆత్మ తన " స్వ - ఇచ్ఛ " ప్రకారం మరి తన శక్తియుక్తుల ప్రకారం కొన్ని వందల జన్మలు తీసుకోవచ్చు .. లేదా కొన్ని మౌలికమైన జన్మల్లోనే అన్ని స్థితులనూ దాటగాలగవచ్చు ..

" ధ్యానయోగం "

ఇలా అనేకానేక జన్మలు అయిపోయిన తరువాత మనం యోగపరంపరలోని " ధ్యానయోగం " లోకి ప్రవేశిస్తాం. " ఇన్ని జన్మలుగా నేను ఎన్నెన్నో ఆత్మసత్యాలను విన్నాను, మననం చేసుకున్నాను, నిధిధ్యాసన చేసాను మరి ఆత్మ సాక్షాత్కారం గురించి అవగాహన కూడా పొందాను. ఇక ఇప్పుడు క్షణమాత్రం ఆలస్యం చెయ్యకుండా నేను విన్న కృష్ణుడు, జీసస్, రాముడు, బుద్ధుడు, మహావీరుడు వంటి గొప్ప గొప్ప మాస్టర్లను ప్రత్యక్షంగా మరి అనుభవపూర్వకంగా కలవాలి " అన్న విశిష్ట తపన మనలో మొదలవుతుంది

కఠోపనిషత్తు లో .. " చనిపోయిన తరువాత అసలు మనిషి ఏమవుతాడో నేను స్వయంగా తెలుసుకోవాలి " అని కేవలం పదకొండేళ్ళ బాలుడైన " నచికేతుడు " పట్టుపట్టినట్లు .. మనలో కూడా ఒక మహాపట్టుదల మొదలవుతుంది .. మరి అందుకు అనువైన మార్గాలను మనం వెతకడం మొదలుపెడతాం. అక్కడే " ధ్యానయోగం " అన్నది మనకు ఒక చక్కటి రాజమార్గాన్ని చూపిస్తుంది.
రాజయోగం " అంటే " King of the Yogas " అంటాం ! ఒక్కసారి గనుక ఈ ఉత్కృష్టమైన సాధనా మార్గం మనకు దొరికిందా .. ఇక మనం .. " మహారాజరహదారి " మీద మన ఆధ్యాత్మిక ప్రయాణం మొదలుపెట్టేసినట్లే !

ఇక్కడ నుంచి మనం కేవలం ఆత్మ ప్రవచనాలను మాత్రమే వింటూ కూర్చోకుండా .. రెండు కళ్ళూ మూసేసుకుని " శ్వాస మిద ధ్యాస " ఉంచుతూ .. " ధ్యానయోగం " లోకి ప్రవేశిస్తాం.

" దేవుని రాజ్యం లోపలేవుంది కాబట్టి .. నీ లోపలికి నువ్వు తక్షణం వెళ్ళు " అన్నారు జీసస్ క్రైస్ట్. కాబట్టి ప్రతిరోజూ ఎవరి వయస్సు ఎంత వుంటుందో .. అంత సేపు మన ఆత్మను బయటి ప్రపంచంలో ఉన్న ప్రాపంచిక విషయాల నుంచి మళ్ళించి .. దేవుని రాజ్యంలోకి ప్రవేశపెట్టాలి .. అక్కడ ఉన్న విశ్వశక్తిప్రవాహం లో మునిగితేలాలి.

నోరు మూసేసుకుని .. కళ్ళుమూసేసుకుని .. చేతులూ కాళ్ళూ కట్టేసుకుని .. మన ఇంట్లో మనం హాయిగా కూర్చుని మన దివ్యచక్షువును మనమే ఉత్తేజితం చేసుకుంటాం. అనేకానేక లోకాలలో వున్న బుద్ధుడు, జీసస్, కృష్ణుడు, రాముడు వంటి మహనీయులందరినీ దర్శించుకుంటాం ; విశ్వమయప్రాణశక్తి ద్వారా మన భౌతికశరీరం నుంచి బయటికి వచ్చి సూక్ష్మశరీరంతో విశ్వంలో వున్న ఇతర లోకాలన్నింటిలో తిరుగుతూ .. ఇంకా ఇంకా రకరకాల శరీరాలను గురించి తెలుసుకుంటాం.

భౌతిక శరీరానికి క్రమం తప్పకుండా స్నానం చేయించినట్లే .. ఆత్మను కూడా " ధ్యానం " అనే " బాత్ రూమ్ " లో కూర్చోబెట్టి " కాస్మిక్ ఎనర్జీ " అనే " షవర్ బాత్ " లో స్నానం చేయించాలి. ఆ విశ్వమయప్రాణశక్తితో నిండిన మన శరీరంలో " దివ్యచక్షువు " ఉత్తేజితం అవుతుంది. టిబెట్ మహాయోగి లోబ్‌సాంగ్ రాంపా గారు ఈ దివ్యచక్షువును గురించి " Third Eye " అనే గ్రంథంలో విస్తారంగా వివరించారు.

మనం పండితులమైనా, సామాన్యులమైనా .. పాపులమైనా, పరమ నికృష్టులమైనా .. మరి ఎలాంటి స్థితిలో వున్నా సరే .. తక్షణం ధ్యానయోగానికి ఉపక్రమించాల్సిందే ! ప్రాపంచిక జీవితంలో మనం బస్ కండక్టర్‌లమే కావచ్చు, MLA లు కావచ్చు, ప్రధాన మంత్రులు లేక దేశాధ్యక్షులు కావచ్చు మరి డాక్టర్లు లేదా యాక్టర్లు కావచ్చు .. కానీ ప్రతిరోజూ కనీసం ఒక గంటసేపైనా ధ్యాన సాధనలో జీవించకపోతే .. ఇలా ఆత్మ సత్యాలను తెలుసుకునే ప్రయత్నం చేయకపోతే .. మన జీవితం నిరర్థకం అయిపోతుంది !

తిండీ నిద్రలు మానేసి .. పెళ్ళాం పిల్లల్ని వదిలేసి .. గంటలు గంటలు వ్యాపారం చేసి డబ్బునూ ఆస్తిపాస్తులనూ ఎలా సంపాదిస్తామో .. అలాగే శ్రద్ధాభక్తులతో ధ్యానం చేస్తే .. మనం ఒక్కొక్కటిగా ఆత్మసంపదలన్నీ కూడగట్టుకుంటూ ఋషులం అవుతాం.

ఇదంతా కూడా " ధ్యానయోగం " అనబడుతుంది .. మరి ఇందులో ABC అన్న మూడు స్థితులు ఉంటాయి.
A - శ్వాస మీద ధ్యాస .. B నాడీమండల శుద్ధి .. C- దివ్యచక్షువు ఆవిర్భావం
A - శ్వాస మీద ధ్యాస : ప్రతిరోజూ నియమిత వేళ ప్రకారం హాయిగా ఒకచోట స్థిరసుఖఆసనంలో కూర్చుని, కాళ్ళు రెండూ ‘ క్రాస్ ’ చేసుకుని, చేతులు రెండూ కలుపుకుని వ్రేళ్ళల్లో వ్రేళ్ళు వుంచుకుని, కళ్ళు రెండూ మూసివేసి, అతి సహజంగా జరుగుతోన్న మన ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసలను ఏకధారగా గమనించాలి. క్రింద కూర్చోవచ్చు, సోఫాలో కూర్చోవచ్చు, గోడకు జారగిలబడి కూర్చోవచ్చు.

ఏ మంత్ర జపం చేయవలసిన పనిలేదు .. మరి ఏ దేవతారూపాన్ని కానీ ఊహించుకోవలసిన అవసరం లేదు.

అలా మనకు సుఖంగా స్థిరంగా వున్న ఆసనంలో కూర్చుని .. సహజంగా జరుగుతోన్న మన శ్వాసను గమనిస్తూ, గమనిస్తూ ఉంటుంటే .. క్రమక్రమంగా మనం ఆలోచనా రహిత స్థితిలోకి చేరుకుంటాం.

B నాడీమండల శుద్ధి : ఆలోచనారహితమైన శూన్యమనోస్థితిలోకి మనం చేరుకున్న తరువాత .. విశ్వంలో నుంచి అపారమైన ప్రాణశక్తిప్రవాహం మనలోకి రావడాన్ని మనం గమనిస్తాం. అలా బ్రహ్మరంధ్రంగుండా మన శరీరంలోపలికి వస్తూన్న ప్రాణశక్తి .. నాడీమండలాన్ని శుద్ధిచేస్తూ నాడీమండలంలో నిక్షిప్తమైవున్న అనేకానేక జన్మలయొక్క కర్మలకు సంబంధించిన మచ్చలను కడిగివేస్తూ వుంటుంది.

ఆ స్థితిలో మనకు భరించరాని నొప్పులు కలుగవచ్చు. నొప్పులకు భయపడి మనం ధ్యానం మానేస్తే .. కథ మళ్ళీ మొదటికి వస్తుంది. " పురిటి నొప్పులు శుభసూచకం " అనుకుంటేనే " శిశూదయం " జరిగినట్లు .. నాడీమండల శుద్ధి జరిగేటప్పుడు కలిగే నొప్పులను కూడా శుభసూచకం అనుకుని భరిస్తూ ఉంటే .. క్రమక్రమంగా " దివ్యచక్షువు " యొక్క మహా ఆవిర్భావం జరుగుతుంది.

C- దివ్యచక్షువు ఆవిర్భావం : ఈ స్థితిలో మనం మన దివ్యచక్షువు ద్వారా అనేకానేక లోకాలను చూడగలుగుతాం. లోయలు, జలపాతాలు, ప్రకృతి యొక్క అందమైన దృశ్యాలు మామూలు చర్మచక్షువులతో ఎన్నడూ చూడలేనంత సుస్పష్టంగా మన ఫాలభాగంలో చూడగలుగుతాం.

ఏ దివ్యచక్షువునైతే శ్రీకృష్ణుడు .. సంజయుడికి ప్రసాదించి కురుక్షేత్రంలో జరుగుతోన్న మహాభారత యుద్ధాన్ని .. ధృతరాష్ట్రుడికి " రన్నింగ్ కామెంట్రీ " ఇప్పించాడో .. ఏ దివ్యచక్షువు ద్వారా చూసి మహాకవి వాల్మీకి రామాయణ మహాకావ్యాన్ని కళ్ళకు కట్టినట్లు వివరించాడో .. ఏ దివ్యచక్షువు ద్వారా శ్రీ పోతులూరి వీరబ్రహ్మేంద్రస్వామి కాలజ్ఞానం తెలుసుకుని లోకానికి చాటాడో .. మరి ఏ దివ్యచక్షువు ద్వారా భగవాన్ గౌతమబుద్ధుడు తన గత జన్మలన్నీ చూసుకుని దివ్యజ్ఞానప్రకాశాన్ని పొందాడో .. అలాంటి దివ్యచక్షువుని మనమంతా కూడా .. హాయిగా మన ఇంట్లోనే కూర్చుని కొద్దిసేపు ధ్యానసాధన చేసి పొందగలం అన్నది పరమసత్యం. ఇదే విషయాన్ని భగవద్గీత లో ..

" బహూని మే వ్యతీతాని జన్మాని తవ చార్జున
తాన్యహం వేద స్సర్వాణి న త్వం వేత్థ పరంతప || "

అంటూ శ్రీకృష్ణ పరమాత్ములవారు కూడా " అర్జునా ! నువ్వూ, నేనూ ఎన్నో జన్మలు ఎత్తాం ; నాకు నా జన్మలతో పాటు నీ జన్మలు కూడా తెలుసు కానీ .. నీకు ఏమి తెలియదు " అని చెప్పారు.

ధ్యానసాధన ద్వారానే శ్రీకృష్ణుడు తన దివ్యచక్షువును ఉత్తేజితం చేసుకుని తన జన్మలతో పాటు అర్జునుడి జన్మలను కూడా చూసాడు. ప్రయత్నం చేస్తే అర్జునుడు కూడా తన జన్మలను చూసుకోవచ్చు .. మరి మనం కూడా మన జన్మలను భేషుగ్గా చూసుకోవచ్చు.

ఎప్పుడయితే మన దివ్యచక్షువు ఉత్తేజితం కావడం మొదలవుతుందో అప్పుడు మనం దివ్యదృష్టిని కూడా పొందుతూ .. సృష్టిరచనా విన్యాసాన్ని ఎంతో స్పష్టంగా చూడగలుగుతూ ఉంటాం .. భూత భవిష్యత్ వర్తమానాలకు సంబంధించిన సమాచారం అంతా కూడా సినిమా రీళ్ళలాగ మన కళ్ళముందు చూస్తూ .. మనం " Seer " అంటే " ఋషి "లా మారిపోతాం. శ్రీ మద్విరాట్ పోతులూరి వీరబ్రహ్మేంద్రస్వామి వారు తమ కాలజ్ఞానాన్ని ఈ విధంగానే లోకానికి అందించారు.

ప్రతి ఒక్క మనిషి కూడా తప్పక " ఋషి " కావాల్సిందే ! మరి ఋషిగా పరిణామం చెందేంతవరకు మళ్ళీ మళ్ళీ జన్మలు తీసుకుంటూ ఉండాల్సిందే ! జీసస్ క్రైస్ట్ మహాఋషి అయ్యారు. విశ్వామిత్రుడు, వశిష్టుడు బ్రహ్మర్షులు అయ్యారు. మనం కూడా " మరి వాళ్ళను భజించుకుంటూ కూర్చోవాలా లేక వాళ్ళలాగా సాధనచెయ్యాలా ? " అన్నది తేల్చుకోవాల్సింది మనమే ! మనల్ని ఋషులుగా మరెవ్వరూ మార్చలేరు కనుక మనకు మనంగా ధ్యానయోగ సాధన చేసి ఋషులుగా ఎదగాలి.

ఇలా ధ్యానసాధన ద్వారా మనం మొదట " యోగి " గా మారి .. దివ్యచక్షువు అనుభవాలను పొందడం ద్వారా " ఋషి " గా ఉన్నతీకరించడమే .. ధ్యానయోగం యొక్క పరాకాష్ట.

ఇలా కొన్ని జన్మలు గడిచాక మన దివ్యచక్షువు పరిపక్వ అయిపోయాక మనం " జ్ఞానయోగం యొక్క రెండవ దశ " లోకి ప్రవేశిస్తాం.

" జ్ఞానయోగం - 2 "

జ్ఞానయోగం యొక్క రెండవ దశలో మనం జీసస్ క్రైస్ట్‌ని ప్రత్యక్షంగా కలుసుకుంటాం, గౌతమబుద్ధుడిని ప్రత్యక్షంగా కలుసుకుంటాం, వర్ధమాన మహావీరుడిని కూడా కలుసుకుంటాం. అక్కడ మళ్ళీ " శ్రవణం -2 " లోకి ప్రవేశించి ఆయా మాస్టర్లు చెప్పేవి శ్రద్ధగా వింటాం. జ్ఞానయోగం యొక్క మొదటి దశలో మనం ప్రాపంచిక గురువులు దేవుళ్ళ గురించి చెప్పే జ్ఞానాన్ని వింటే .. జ్ఞానయోగం యొక్క రెండవదశలో మనం సాక్షాత్తు ఆ " దేవుళ్ళనే " కలిసి ప్రత్యక్షంగా వాళ్ళ ముఖతః సందేశాలను అందుకుంటాం.
ఆ తరువాత " మననం - 2 " లో ప్రవేశించి ఆ సందేశాలను మననం చేసుకుంటూ " ఓహో ! జీసస్ నిన్న ధ్యానంలో నాకు ప్రత్యక్షంగా కనపడి నన్ను ధ్యానప్రచారం చెయ్యమని చెప్పాడు కదా ! గౌతమబుద్ధుడు .. నాతో మాట్లాడుతూ ‘ మధ్యేమార్గం లో సరియైన విధంగా జీవించు ’ అన్నాడు కదా ! మరి నేను ఆ పనులు చెయ్యాలి కదా " అని మననం చేసుకుంటూ ఉంటాం.ఆ తరువాత " నిధిధ్యాసన -2 " లో గొప్ప గొప్ప మాస్టర్ల ద్వారా తెలుసుకున్న సత్యాలను ధైర్యంగా మన జీవితంలో ఆచరింపజేయడానికి పునుకుంటాం.
జీసస్ క్రైస్ట్ ఒకసారి సముద్రం ఒడ్డున వెళుతూ వుంటే .. సముద్రంలో చేపలు పడుతూన్న బెస్తవాడొకడు కనిపించాడు. జీసస్ అతని దగ్గరికి వెళ్ళి " ఏం చేస్తున్నావ్ ? " అని అడిగాడు. " చేపలు పడుతున్నాను " అన్నడు ఆ బెస్తవాడు.

" ఓహో ! చేపలు పడుతున్నావా ? నేను నీకు మనుష్యులను పట్టే విద్యను నేర్పిస్తాను .. నాతో పాటు వస్తావా ? " అడిగాడు జీసస్. ఆ బెస్తవాడు క్షణం కూడా ఆలోచించకుండా .. " అలాగాండి ? ! మరి వచ్చేస్తాను !! " అంటూ చేపలు పట్టడం తక్షణం మానేసి .. జీసస్ క్రైస్ట్ వెంట వెళ్ళిపోయాడు .. మరి కాలక్రమంలో అతని ముఖ్యశిష్యుడు సెయింట్ పీటర్ గా మారి చరితార్థుడయ్యాడు. అలా బెస్తవాడిలా చేసే ధైర్యం మనకు కూడా ఉండటమే .. నిధిధ్యాసన.

ఏ గౌతమబుద్ధుడో మనకు ధ్యానంలో కనపడి " అందరికీ ధ్యానం గురించి నేర్పించు " అన్నప్పుడు మనం కూడా ఇంకేం ఆలోచించకుండా ఆ పని చేస్తూనే వుండాలి.

ఇలా మనం కొన్ని జన్మలు " నిధిధ్యాసన -2 " లో వున్న తరువాత .. " ఆత్మసాక్షాత్కారం - 2 " అన్న యదార్థ స్థితికి చేరుకుంటాం. ఉన్నతలోకాలకు చెందిన గొప్ప గొప్ప మాస్టర్లు ఇచ్చే ప్రత్యక్షజ్ఞానంతో కర్మలు చేస్తూ సాక్షీతత్వానికి పరాకాష్టగా నిలుస్తూ .. సంపూర్ణ బంధరాహిత్య స్థితిలో ఈ భూగ్రహం పై కేవలం " దేహయాత్ర " లే కాకుండా ఆత్మయాత్రలను కూడా చేస్తూంటాం. జ్ఞానయోగం యొక్క రెండవ దశలో ఇది పరాకాష్ట. మరి ఇక్కడి నుంచి మనం " కర్మయోగం -2 " లోకి ప్రవేశిస్తాం.

మనం ధ్యానం చేస్తోంటే అది చూసేవాళ్ళు " ధ్యానం అంటే ఏమీ తెలియని వాళ్ళకు " కేవలం కళ్ళు మూసుకుని కూర్చోవడమే " అనుకుంటారు కానీ .. లోపల జరిగే మహా అద్భుతాలు వాళ్ళకు ఎంతమాత్రం తెలియదు.

" కర్మయోగం -2 "

కర్మయోగం మొదటిదశలో మనం నలుగురికీ ఉపయోగపడే చెట్లునాటడం, రోడ్లువేయడం, న్యాయం కోసం పోరాడటం, అన్నదానాలు చేయడం వంటి ప్రాపంచిక లోకానికి పనికి వచ్చే కర్మలను మాత్రమే చేస్తే .. కర్మయోగం రెండవ దశ లో మనం ఈ లోకంతో పాటు అనేకానేక ఇతర లోకాలకు కూడా మంచి జరిగే " ధ్యానదానం " వంటి ఉన్నతోన్నతమైన పనులు చేస్తాం.

గౌతమబుద్ధుడు తన జ్ఞానయోగం యొక్క రెండవ దశ ను పూర్తి చేసుకుని దివ్యజ్ఞాన ప్రకాశాన్ని పొందిన వెంటనే చెసిన పని " ధ్యాన దానమే " .. ఆయన తన దివ్యచక్షువు ద్వారా తన గురువులు మరి తన స్నేహితులు ఎక్కడ ఉన్నారో తెలుసుకున్నాక అందులో కొందరు గురువులు కాలం చేసేసారని గుర్తించి " ఇక మిగిలి వున్న వాళ్ళకు నేను తెలుసుకున్న ధ్యానం తక్షణం నేర్పించాలి " అని తన స్నేహితులను వెతుక్కుంటూ వెళ్ళి వాళ్ళకు ధ్యానవిద్యను అందించాడు.
కర్మల్లోకెల్లా అత్యున్నతమైన కర్మ .. ఇలా " ధ్యానదానం " ద్వారా ఇతరుల ఆత్మలను జాగృతం చేయడమే ; ఈ లోకంలోనే కాదు ఈ సృష్టిలో వున్న అనేకానేక ఇతర లోకాల్లో కూడా ధ్యానప్రచారాన్ని మించిన కర్మ ఇంకొకటి లేదు ! ఈ కర్మను చేపట్టిన వాడు తన జన్మపరంపరలోని ఆఖరి జన్మల్లో ఉన్నవాడు మరి అతనికి ఇక మరుజన్మ అన్నది వుండనే ఉండదు.

అతడు ఇక ఈ భూలోకానికి మళ్ళీ తిరిగిరావల్సిన అవసరం ఉండదు కనుక అతడు " పూర్ణాత్మ స్వరూపం " గా ఉన్నతలోకాల్లో వెలుగుతూ సదా ముక్త స్థితిలో వుంటాడు. అందుకే జీసస్ క్రైస్ట్ " He will not come again " అని చెప్పారు. ఒక గౌతమబుద్ధుని లాగానో జీసస్ క్రైస్ట్‌లాగానో, ఒక శ్రీకృష్ణునిలాగానో మరి ఒక వర్ధమాన మహావీరుని లాగానో ప్రతిక్షణం ఆనందంగా ముక్తస్థితిలో జీవించగలిగితేనే గానీ మన ప్రస్తుత జన్మ ఇక చిట్టచివరి జన్మ కాజాలదు.

అన్నదానం, గోదానం, భూదానం వంటి అనేకానేక దానాలు చేసే " ప్రాపంచిక మంచిపనులు " చెయ్యడం నుంచి .. సంపూర్ణ ఆత్మసాక్షాత్కార స్థితిలో ఉంటూ " నువ్వు శరీరం కాదు ఆత్మ అని తెలుసుకో ", " నువ్వు జీవుడు కాదు దేవుడు అని తెలుసుకో " అని అందరికీ చెబుతూ ప్రతి ఒక్కరికీ ధ్యానం నేర్పిస్తూ .. వారిని ధ్యానంలో కూర్చోబెట్టే " ఆధ్యాత్మిక మంచి పనులు " చేయగలిగే " ధ్యానప్రచారకర్మ " చేయడం వరకు మన జన్మపరంపర మరి యోగపరంపర కొనసాగుతూనే ఉంటుంది.

" ధ్యానప్రచార కర్మ " అనే ఈ అత్యుత్తమమైన చివరి దశే .. ప్రాపంచిక లోకంతో పాటు ఆధ్యాత్మిక లోకాలన్నింటిలో కూడా మనల్ని తరింపచేసే అత్యుత్తమమైన కర్మ.

ఈ భూమి మీద మనకు ఏది ఎంపిక చేసుకోవడానికైనా సంపూర్ణమైన స్వేచ్ఛ ఉంది. భగవద్గీత లో " ఉద్ధరేదాత్మ నాత్మానం " అని జగద్గురువు శ్రీ కృష్ణులవారు చెప్పినట్లు కానీ .. " అప్పో దీపో భవ " అని గౌతమబుద్ధుడు తన చిట్టచివరి సందేశం ఇచ్చినట్లు కానీ .. ఇక్కడ ఎవరిని వారే ఉద్ధరించుకోవాలి .. మరి ఎవరి హోమ్‌వర్కు వాళ్ళే చేసుకోవాలి ; దీనికి ఒక్కొక్కరికి ఎన్ని జన్మలైనా పట్టవచ్చు లేదా తమ ఆత్మశక్తిని అనుసరించి కొన్ని జన్మల్లోనే అనేక స్థితులను కూడా దాటవచ్చు.

పిరమిడ్ మాస్టర్లు అందరూ కూడా " యోగపరంపర " లోని దశలన్నింటినీ గత అనేక జన్మలుగా దాటేసి .. నిరంతరం ధ్యానప్రచారం చేస్తూ .. ప్రస్తుతం " కర్మయోగం యొక్క రెండవదశ " అనే చివరి ఉత్కృష్టమైన దశలో ఉన్నారు. ఈ భూమిమీద జన్మతీసుకున్న ప్రతిఒక్కరూ చెయ్యాల్సిన ఉన్నతమైన కర్మ అదే .. మరి అటువంటి ధ్యానప్రచార కర్మను చేసే జీవితమే దివ్యమైన జీవితం.

కర్మయోగం -1 = A B C D
జ్ఞానయోగం -1 = శ్రవణం 1 + మననం 1 + నిధిధ్యాసన 1 + ఆత్మాసాక్షాత్కారం -1
ధ్యానయోగం =A B C = ఆనాపానసతి + కాయానుపస్సన + విపస్సన
జ్ఞానయోగం -2 = A B C D = శ్రవణం 2 + మననం 2 + నిధిధ్యాసన 2 + ఆత్మాసాక్షాత్కారం 2
కర్మయోగం 2 = ధ్యానం నేర్పించడం + శాకాహార ప్రచారం
" యోగపరంపర " = ధ్యానయోగం + జ్ఞానయోగం 2 + కర్మయోగం 2కర్మయోగం-1 + జ్ఞానయోగం-1

యమ నియమాలు"

"యమం" అంటే, "నియంత్రణ" .. "కంట్రోలు"
మౌలిక ఆధ్యాత్మిక - జీవన సూత్రాల మీద ఆధిపత్యం కలిగి వుండడం
పతంజలి మహర్షి అయిదు యమాలను ప్రవచించారు
అవి :

1. సత్యం : ఎప్పుడూ ఆత్మ సత్యాన్నే పలకడం
2. అహింస : హింసాత్మక చర్యలను పూర్తిగా విసర్జించడం
3. బ్రహ్మచర్యం : ఎప్పుడూ మధ్యేమార్గాన్నే అవలంబించడం
4. ఆస్తేయం : ఇతరుల ఆస్తి పట్ల అసూయ ఉండకపోవడం
5. అపరిగ్రహం : అవసరం కానిది ఇతరులు ఇచ్చినా తీసుకోకపోవడం

"నియమం"

అంటే తప్పనిసరి దైనందిక కార్యకలాపాలు
మన ఆధ్యాత్మిక దైనందిన జీవితంలో కొన్ని కార్యకలాపాలు తప్పనిసరి
పతంజలి మహర్షి అయిదు నియమాలను ప్రవచించాడు .. అవి:

1. శౌచం : శరీరాన్నీ పరిసరాలనూ శుచిగా, శుభ్రంగా వుంచుకోవడం
2. సంతోషం : మనస్సును ఎప్పుడూ ఉల్లాసంగా వుంచుకోవడం
3. స్వాధ్యాయం : చక్కటి ఆధ్యాత్మిక గ్రంథాలను సదా చదువుతూ వుండడం
4. తపస్సు : నిద్రాహారాదులను క్రమక్రమంగా తగ్గిస్తూ వుండడం
5. ఈశ్వరప్రణిధానం: "అంతా ఈశ్వరమయమే" అన్న భావనలో సదా వుండడంయమ నియమాలు

భౌతికజీవనంలో హస్తగతం కావాలి అంటే
నిత్య, అనునిత్య యోగం, ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం వినా వేరే శరణ్యం లేదు
*కనుక **" పతంజలి మహర్షీ , శతకోటి నమస్కారాలు, కరిష్యే వచనం తవ. "**

యద్భావం తద్భవతి"

ఎప్పుడూ, మన భావనా ధోరణే మన భౌతిక వాస్తవంగా మారుతుంది.

కనుక మనకు మన

వినాశకర ధోరణి (disastrous thinking)	వలన	వినాశకర ఫలితాలు (disastrous results)
నిరాశాజనక ధోరణి (negative thinking)	వలన	విపరీత ఫలితాలు (negative results)
ఆశాజనక ధోరణి (positive thinking)	వలన	సత్ఫలితాలు (positive results)
అద్భుతకర ధోరణి (miraculous thinking)	వలన	అద్భుత ఫలితాలు (miraculous results)

**"తీవ్రంగా వాంఛించినదీ, త్రికరణశుద్ధితో నమ్మినదీ,
నిశితంగా యోచన చేసినదీ, ఉత్సాహంతో ప్రయత్నం చేసినదీ,
ఏదైనా సరే, అది తప్పనిసరిగా అయి తీరుతుంది."**

=సైబిల్ లీక్ యొక్క మాతామహి

"మనం పిరమిడ్ మాస్టర్లం"

"శాకాహారం ... మన మతం"

మాంసాహారం విషతుల్యం. అది మన శరీర వ్యవస్థను పాడు చేస్తుంది. మనస్సును విపరీత ధోరణిలో నడిపిస్తుంది; బుద్ధి మాంద్యానికి గురి చేస్తుంది. ఆత్మ పురోగమనానికి మాంసం తినడం అన్నది గొడ్డలి పెట్టు. ఆధ్యాత్మిక యోగీశ్వరులుగా గుర్తింపబడిన వారందరూ శాకాహారులే. బుద్ధుడు, మహావీరుడు, వేమన, వీరబ్రహ్మేంద్రస్వామి... ఇంకా చాలామంది శాకాహారులే.

"పక్షి జాతి బట్టి పరగహింసలు బెట్టి
కుక్షి నిండ కూడు కూరుటకును
వండి తినెడివాడు వసుధ ఛండాలుడు"
- వేమన

ధ్యానంలో ఉత్తమ స్థితి పొందాలన్నా, జీవితంలో జ్ఞానవంతులుగా ఎదగాలన్నా ప్రతి ఒక్కరూ తక్షణమే మాంసాహారాన్ని విడిచిపెట్టి శాకాహారులుగా మారాలి; ఇతరులునూ శాకాహారులుగా మార్చాలి. మన మతం నిశ్చయంగా శాకాహారమతమే.

"ధ్యానం...మన వృత్తి"

అన్ని వ్యాధులకూ మూలం మన మనోవ్యధలే; మానసిక అలజడులు, భయాలు, సంశయాలు, అహంకారం, అసూయ, ద్వేషించే తత్వం, స్వార్థం, పిరికితనం, సోమరితనం, పరిమితులు, బానిసత్వం... మొదలైన మనోదౌర్బల్యాలే మన గందరగోళ, అస్తవ్యస్త జీవితానికి కారణాలు.

మానసిక దౌర్బల్యాలను సమూలంగా వర్జించి, నిర్జించి మనోసామర్థ్యాన్ని పెంచుకోవాలంటే మన జీవితంలో ధ్యానాన్ని విధిగా చేపట్టాలి. ఎన్ని అవరోధాలు ఎదురైనా అకుంఠిత దీక్షతో అనునిత్యం విశేషంగా ధ్యానసాధన చేయాలి; అప్పుడే బొగ్గులాంటి మన జీవితాలను వజ్రాలుగా మార్చుకోవచ్చు.

"నిక్కమైన ధ్యానమొక్కటే చాలు-
తళుకుబెళుకు పూజగంధంబు తట్టెడేల?
మనస్సు స్థితపరచు ధ్యానపద్ధతి చాలదా?" - వేమన

మన అంతరంగాన్ని అనునిత్యం శాంతంగా ఉంచుకోవాలన్నా, బుద్ధికుశలత పెంచుకోవాలన్నా, సంపూర్ణ ఆరోగ్యాన్ని పొందాలన్నా, ప్రతి ఒక్కరూ విధిగా ధ్యానం చేయాలి.
ధ్యానం అంటే చిత్తవృత్తినిరోధం... దానికి మార్గం శ్వాస మీద ధ్యాస.

ఆనాపానసతి ధ్యానం ఎప్పుడైనా, ఎక్కడైనా చేయవచ్చు. హాయిగా కూర్చుని, చేతివ్రేళ్ళను కలిపి, కళ్ళు మూసుకుని, సహజ శ్వాసను గమనించడమే ధ్యాన పద్ధతి. పిరమిడ్ మాస్టర్ల జీవితం ధ్యానానికే అంకితం...అందుకే ధ్యానం మన ఏకైక వృత్తి.

"పిరమిడ్లు...మన ఆలయాలు"

పిరమిడ్స్ అన్నవి ప్రత్యేక కోణాలతో నిర్మింపబడిన కట్టడాలు. ఈ ఆకారాలతో నిర్మింపబడ్డ వాటిలోకి విశ్వమయప్రాణశక్తి ఎక్కువ మోతాదులో ప్రవహిస్తుంది.
మామూలుగా ఉన్న బహిరంగ ప్రదేశాలలో కానీ, ఇతర ఆకారాలలో ఉన్న బిల్డింగ్స్ లో కానీ చేసే ధ్యానం కంటే, పిరమిడ్స్ లో ధ్యాన సాధన చేస్తే...అదే సమయంలో మూడింతలు విశ్వమయప్రాణశక్తిని పొందగలం.

"పిరమిడ్ ధ్యానం" ద్వారా తరుణ వ్యాధులు, తీవ్రవ్యాధులు, దీర్ఘకాలిక వ్యాధులు, మానసిక రుగ్మతలు... అన్నీ తక్కువ కాలంలో తొలగించుకుని మనం త్వరితగతిన ఆరోగ్యవంతులుగా మారవచ్చు. అంతేకాకుండా పిరమిడ్ లో ధ్యానం చేయడం ద్వారా దివ్యచక్షువు ఉత్తేజితం, సూక్ష్మశరీరయానం లాంటివి తక్కువ సమయంలో మనం పొందవచ్చు.

పిరమిడ్ హ్యాట్స్, హ్యాంగింగ్ పిరమిడ్స్, రూఫ్ టాప్ పిరమిడ్స్, గ్రౌండ్ లెవెల్ పిరమిడ్స్... ఎవరి వీలుని బట్టి వారు... ఏర్పాటు చేసుకోవచ్చు, వాడుకోవచ్చు. ధ్యానులుకు ఆలయాలే పిరమిడ్ లు... మరి పిరమిడ్లు.. నవీనయుగపు దేవాలయాలు.

"శ్వాస... మన గురువు"

సాధన అన్నది 'గురువు' దగ్గరి నుంచే మొదలవుతుంది. ఎక్కడ సద్గురువు లేడో... ఎక్కడ చెప్పేవాడు లేడో... అక్కడ విద్య గ్రుడ్డివిద్య అయిపోతుంది. గురువు లేని విద్య గ్రుడ్డివిద్య.

ఏం చేయాలో, ఎలా చేయాలో, ఎప్పుడు చేయాలో, ఎక్కడ చేయాలో, ఏది ఎలా చేయకూడదో, ఏది ఎప్పుడు చేయకూడదో... మరి ఇవన్నీ చెప్పేవాడే గురువు.

సంగీతం నేర్చుకోవాలంటే గురువు వుండాలి. సంస్కృతం నేర్చుకోవాలంటే సంస్కృతం గురువు కావాలి. అలాగే మరి ఆధ్యాత్మికంలో "అహం బ్రహ్మాస్మి - నేనే అంతా" అని తెలుసుకోవాలంటే మరి "ఈ దేహమే దేవాలయం" అన్నది స్వంతానికి అనుభవానికి రావాలంటే ఏం చేయాలి?

"ఏం చేయాలి?" అంటే "ధ్యాన గరువు" దగ్గరికి చేరాలి... "ధ్యాన గురువు" కి సాష్టాంగ నమస్కారం చేయాలి; ధ్యాన గురువు దగ్గర పీఠం వేసుకు కూర్చోవాలి; అప్పుడు ఆ గురువు జ్ఞానాన్ని భోధిస్తాడు. మరి సర్వమూ భోదిస్తాడు. అయితే, ఈ ఆధ్యాత్మిక సాధనా ప్రకరణంలో మాత్రం ఎవరు ధ్యాన గురువు?... "ఏమిటి" ధ్యానగురువు?... అంటే "శ్వాసయే గురువు".

అసలు ఒకానొక ఆధ్యాత్మిక ముముక్షువు, ఒకానొక ఆత్మజ్ఞాన పిపాసి, ఇంకొక గురువు దగ్గరికు వెళ్ళనే అఖ్ఖర్లేదు. ఆధ్యాత్మిక సాధన అంటే మనలోకి మనం చేసే ప్రయాణమే. ఈ "అంతరంగ ప్రయాణం" అన్నది సజావుగా జరగాలంటే మనందరమూ "శ్వాస"ను తప్పకుండా పట్టుకోవాలి. మరో మార్గం లేదు గాక లేదు.

ఈ విధంగానే ఆత్మానుభవాలు మన సొంతమవుతాయి. అనుభవమే జ్ఞానం కదా. జ్ఞానియైన ఒకానొక వ్యక్తి అతనికి వున్న జ్ఞానాన్ని గురించి మాత్రమే చెప్పగలడే కానీ, ఒకానొక జ్ఞానపిపాసికి జ్ఞానం ఇవ్వగలడా? ఎవరి ఆత్మానుభవం ద్వారానే వారికి ఆత్మజ్ఞానం అంకురించేది. అందుచేత శ్వాసే మన నిజమైన గురువు.

"ఆత్మశాస్త్రం... మన జెండా"

"ఆత్మశాస్త్రం" అంటే అత్మ గురించి కూలంకుషంగా తెలుసుకునే శాస్త్రం. అంటే, "మనం ఒక్క ప్రక్క శరీరాలమైనా మరొక ప్రక్క శరీరధారులమై వున్న ఆత్మపదార్థం" అని స్వానుభవంగా తెలుసుకోవడం. "ఆత్మ గురించి జ్ఞానం".. అంటే సంపూర్ణంగా మన గురించి మనం తెలుసుకోవడం..."నేను భౌతిక శరీరం మాత్రమే కాదు, శరీరధారిని కూడా" అని స్వానుభవంగా తెలుసుకోవడం. "నేను దేహమే కాదు, దేహి" అని తెలుసుకోవడం.
“"నేను చైతన్య పదార్థం" అని తెలుసుకోవాలి. సదా తన చైతన్యాన్ని ధ్యానం ద్వార ఆ మూలచైతన్యంతో అనుసంధానం చేసి ఆ స్థితిలో ఎక్కువ సమయం విహరించగలిగినవాడే పిరమిడ్ మాస్టర్. ఆత్మానుభవం స్వీయ ధ్యాన సాధన ద్వారా మాత్రమే సాధ్యం. కనుక ఆత్మశాస్త్రం... తెలుసుకోవడం అంటే ఆత్మ గురించి జ్ఞానం పొందడమే... కాబోయే పిరమిడ్ మాస్టర్ల ఎజెండా, మరి పిరమిడ్ మాస్టర్లు అయినవారి జెండా.

"బుద్ధత్వం ... మన ఆకాంక్ష"

"బుద్ధత్వం" అంటే అది ఒక మతానికి కట్టుబడి ఉండటం కాదు, ఒకానొక మౌలిక బుద్ధి సిద్ధాంతాన్ని సొంతం చేసుకోవడం. అంతా సదా పరివర్తనం చెందుతూ ఉండేదే అన్న సిద్ధాంతాన్ని సొంత అనుభవంగా చేసుకోవడం. వాస్తవానికి కర్తృత్వ భావనతో ఉంటే నేను అన్నది అసలు లేనే లేదు...ఉన్నదల్లా సాక్షీభూతమైన నేను... కర్మలు ఉన్నాయి.. కర్మలకు తగిన కర్మఫలాలు ఉన్నాయి.. అవి అన్నీ ప్రకృతి గుణాలుగా ఆ విధంగా జరుగుతూ ఉంటాయి..
"బుద్ధత్వం" అంటే సరియైన ఈ జీవన మార్గదర్శకత్వాన్ని పొందగలగడం."బుద్ధత్వం" అంటే చెడు ఆలోచనలు, చెడు కర్మల నుంచి దూరంగా ఉండడం. రాగ, ద్వేష, హింస, మోహాలకు దూరంగా ఉంటూ జనన మరణ చక్రం నుంచి బయటపడే సరియైన ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవిధానమే "బుద్ధత్వం". సత్యం గురించి తెలుసుకుంటూ, తెలుసుకున్న సత్యాన్ని ఇతరులకు భోధిస్తూ ధర్మమార్గాన్ని అనుసరించడమే "బుద్ధత్వం". సకల ప్రాణకోటితో మైత్రీభావం కలిగి ఉండడమే "బుద్ధత్వం". ఇటువంటి అద్భుత అంతరంగ పరివర్తన కేవలం ధ్యాన సాధన వల్ల సంప్రాప్తమవుతుంది. కనుక బుద్ధత్వ ప్రాప్తి పొందడమే మన అసలైన సిసలైన పిరమిడ్ మాస్టర్ల ఆకాంక్ష.

"ధ్యానప్రభోధం...మన ఆత్మ రంజనం"

ధ్యాన సాధన అన్నివిధాలా వ్యక్తిగత లాభాల్ని నిస్సందేహంగా సమకూరుస్తుంది. అయితే కేవలం వ్యక్తిగత సుఖం, వ్యక్తిగత సంతోషం, వ్యక్తిగత శాంతి, వ్యక్తిగత ఆనందం పొందడం అన్నది... ఒక రకంగా పరిమితమైన స్థితి... మరోరకంగా కొంచెం స్వార్థంతో కూడుకున్నది.

ఆనందాన్ని గుప్పెట్లోనే ఉంచుకుంటే అది పరిమితమై ఉంటుంది. అదే ఆనందాన్ని ఇతరులకు పంచగలిగితే అదెంత ఉన్నతమైందో తెలియవస్తుంది.

ధ్యానశాస్త్రాన్ని ఇతరులకు బోధించడం ద్వారా, వారిలో ఎంతో శారీరక, మానసిక, బుద్ధిపరమైనా, ఆత్మపరమైన పరివర్తన తీసుకుని రావడం ద్వారా వారి జీవితాల్ని ఆనందభరితంగా మార్చగలం మరి మన జ్ఞానాన్ని మరింత సువిస్తారం చేసుకోగలం. కనుక ధ్యానశాస్త్రం బోధన ద్వారా ప్రతిఒక్కరూ తప్పకుండా అపరిమితమైన ఆత్మానందం... ఆత్మరంజనం పొందగలరు. బోధన అన్నది పిరమిడ్ మాస్టర్లకు మహా, మహా ఆనందం.

"సత్యం ... మన అంతరాంతరాల ఆనందానుభూతి"

"నిత్యం" ఉండేదే "సత్యం", ఒకప్పుడు వుండి ఒకప్పుడు ఉండనిదే "అసత్యం".

అనిత్యం అన్నది అనుకూలంగా ఉంటే ఉపరితల ఆనందానుభూతిని ప్రసాదిస్తుంది. అనిత్యం అన్నది అననుకూలంగా ఉంటే దుఃఖానుభూతిని ప్రసాదిస్తుంది. అయితే సత్యం అనేది అంతరాంతరాల అనందానుభూతి.

ఎప్పుడూ వుండేదే సత్యం. సదా సాక్షీభూతంగా వుండే నేను అన్న పదార్థమే ఎల్లప్పుడూ వుండే పరమసత్యం. సర్వ ఉపరితల అనుకూల, అననుకూల పరిస్థితులలో సదా సాక్షీభూతంగా వుండే "నేను" అన్న సత్యపదార్థం పేరే ఆత్మ. ఆత్మ సత్యంలో జీవించడం ద్వారా మాత్రమే అంతరంగంలో విశిష్ట ఆనందానుభూతి కలుగుతుంది.

దేహ విషయ వాసనలతో మాత్రమే జీవించడం అన్నదే అసత్యం; అదే దుఃఖానికి కారణం. దేహాన్ని భౌతిక అవసరాలకు వినియోగిస్తూ, "నేను ఆత్మను" అని సదా ఎరుకతో జీవించడమే సత్యం... అంతరాంతరాల ఆనందానుభూతికి నిదర్శనం. మన చుట్టూ వున్న సకల ప్రాణికోటీ చైతన్యస్వరూపాలే అని ఎరుక కలిగి ఉండడమే సత్యంలో జీవించడం. సర్వ కర్మల ప్రక్షాళనకు మార్గం తన దగ్గరే ఉందని తెలుసుకుని తద్వారా సాధనాక్రమంతో తనను తాను నియోగించికోవడమే సత్యంలో జీవించడం. ఈ రకంగా అన్ని కోణాల నుంచి సత్యపదార్థాన్ని తెలుసుకుంటూ సత్యం పట్ల సరియైన అవగాహన పొందడం ద్వారా అంతరాంతరాల ఆనందానుభూతికి చేరువవుతారు. ఈ స్థితి పొందడం కేవలం దీక్షాయుత ధ్యాన సాధన ద్వారానే సాధ్యం...

"ఆత్మస్థైర్యం...మన సందేశం"

ఆత్మస్థైర్యం" అంటే మన పట్ల మనం స్థిరత్వం కలిగి వుండడం. ఎటువంటి పరిస్థితులు ఎదురైనా, ఎటువంటి వ్యక్తులు తారసపడినా, ఏ ప్రాంతంలో విహరించినా... మొక్కవోని అంతరంగ స్థిరత్వంతో ముందుకు సాగుతూ చేపట్టిన పనిని సాధించడమే ఆత్మస్థైర్యానికి నిదర్శనం.
తలపెట్టింది ఒకటైతే... పరిస్థితులకు, బలహీనతలకు తలవంచి కార్యాచరణ నుంచి నిష్క్రమించడం, పలాయనత్వం చేయడం "ఆత్మస్థైర్యం" అనిపించుకోదు.
ఎన్ని అవరోధాలు ఎదురైనా, ఎన్ని దుర్ఘటనలు ఎదురైనా, ఎంతమంది విమర్శించినా...తలపెట్టిన కార్యాన్ని ముందుకు నడిపిస్తూ ఆరోహణ క్రమంలో పయనించడమే ఆత్మస్థైర్యానికి సరియైన నిదర్శనం. ఇదే మాస్టర్లందరి ఏకైక సందేశం... ఆత్మస్థైర్యం కోల్పోరాదు...దీనులుగా ఉండరాదు... భీరులుగా ఉండరాదు. "క్లైబ్యం మా స్మ గమః పార్థ... క్షుద్రం హృదయదౌర్బల్యం" అన్నాడు కదా శ్రీకృష్ణుడు.

"మిత్రత్వం ... మన నిజ తత్వం"

ఎవ్వరూ శాశ్వత విరోధులు కారు; ఎవ్వరూ శాశ్వత అభిమానులు కూడా కారు. సమయ సందర్భాలను బట్టి విరోధులు మిత్రులుగా మారుతారు; మిత్రులు విరోధులుగా మారవచ్చు.

కేవలం పరిస్థితులను ఆధారం చేసుకుని ఎవరితోనూ విరోధం కూడదు. ఎందుకంటే "మమాత్మా సర్వభూతాత్మా" కదా. అంటే తాను ఏ ఆత్మస్వరూపుడుగా వున్నాడో అందురూ ఆ ఆత్మస్వరూపులే. తాను ఆత్మగా వుండి మరొక ఆత్మస్వరూపుడితో విరోధం విడ్డూరం. సిద్ధార్థుడు బుద్ధత్వ ప్రాప్తి పొంది బుద్ధుడై అందరితో మైత్రీభావం కలిగి మైత్రేయ బుద్ధుడు అయ్యాడు. సకల జీవుల పట్ల, పశుపక్ష్యాదుల పట్ల, వృక్షాల పట్ల మైత్రీభావం కలిగివుండడమే... మన నిజ తత్వం. ఈ అద్భుత స్థితి మనం పొందాలంటే వున్న ఏకైక మార్గం ధ్యానమార్గం.

"నిరాడంబరత ... మన సహజ లక్షణం"

"నిరాడంబరత" అన్నది అహంకార రహిత జీవితానికి నిదర్శనం.
"నిరాడంబరత" అంటే పరిమితమైన దుస్తులను ధరించడం, మనుష్యులకు దూరంగ వుంటూ ఓ మూల కూర్చోవడం కాదు. మనిషి సామాజికంగా, ఆర్థికంగా, ఆధ్యాత్మికంగా ఎంతటి ఉన్నత స్థాయికి చేరుకున్నా బాహ్య ఆడంబరాలవైపు మొగ్గు చూపకుండా అంతరంగంలో నిరాడంబరత కలిగి ఉండడమే నిజమైన నిరాడంబరత.
బహిరంగ ప్రలోభాలకు తలవొగ్గక అంతరంగంతో మమేకమై ఉండడమే అసలైన నిరాడంబరత. ఒక మనిషి యొక్క విజయం నిరాడంబరతతోనే సాధ్యమవుతుంది. మన బాహ్య అహంకారాన్ని వదులుకోవడం కాదు. లోపల దాగున్న అహంకారాన్ని పూర్తిగా త్యాగం చేయడం నిజమైన నిరాడంబరత. ఈ రకంగా జీవన యాత్ర సాగించడమే ప్రతివ్యక్తి సహజ లక్షణం. నిరాడంబరత పిరమిడ్ మాస్టర్లకు వెన్నతో పెట్టిన విద్య.

"వినయం ... మన పురాతన సంస్కృతి"

వినయం లేని విద్య పరిమళించదు. మనిషి వినయం లేకపోతే ఎంతటి గొప్పవాడైనా ఎప్పుడో ఒకప్పుడు అభాసుపాలు అవుతాడు. ఎన్ని భౌతిక విద్యలు అభ్యసించినా, ఎన్ని ఆధ్యాత్మిక విద్యలు అభ్యసించినా వినయం లేకపోతే గౌరవం సంతరించుకోదు.

"విద్యా దదాతి వినయం"... నిజమైన విద్య ద్వారా మాత్రమే వినయం చేకూరుతుంది. ఎక్కడ నిజమైన విద్య లేదో అక్కడ వినయఫలం వుండదు. వినయం ద్వారానే సర్వులూ ఆకర్షింప బడతారు. ఎంతటి ప్రజ్ఞావంతుడైనా అవిధేయతతో కూడుకున్నప్పుడు అందరికీ దూరమవుతాడు. ప్రతి పిరమిడ్ మాస్టర్ సదా వినయంతో సహజంగా చరిస్తాడు. వినయమే మాస్టర్ల యొక్క నిజమైన సంస్కృతి.

"సమస్త జీవకోటి ... మన సంపూర్ణ బృహత్ కుటుంబం"

ఈ సమస్త విశ్వంలో సర్వప్రాణికోటి, సమస్త విలువల్ని సంతరించుకుంది. ఏ మనిషీ మరొక మనిషికి తక్కువ కాదు. ఏ ప్రాణీ మరొక ప్రాణి కన్నా హీనమైనది కాదు. సర్వజీవరాసులు ఉద్భవిస్తూ తమ తమ చైతన్య స్థితిని పెంచుకోవాలని నిరంతరం ప్రయత్నంలో వున్నదే. ఒక్కొక్క పరిస్థితిలో... తమ తమ చైతన్య స్థితిలో హెచ్చుతగ్గులు ఉండవచ్చుగాక... అన్నీ కూడా చైతన్యం విస్తరింపజేసుకోవడానికి నిరంతర ప్రయత్నంతో ముందుకు సాగుతూన్నవే... కనుక పరిమితమైన అవగాహనతో కొన్నింటిని తక్కువ చేయడం సరియైన విధానం కాదు.
ప్రతిఒక్కరూ, ప్రతి ప్రాణీ నిరంతరం ఈ విశ్వంలో తిరుగాడే ప్రయాణీకులే. అందురూ ఈ విశ్వకుటుంబంలో భాగస్వాములే. మనమంతా ఈ బృహత్ విశ్వకుటుంబానికి చెందినవారం. ఇటువంటి సహజ సిద్ధమైన స్థితిలో సదా విరాజిల్లాలంటే మనకున్న ఏకైక మార్గం ధ్యాన సాధన.

వాక్ - ఇన్ మాస్టర్లు "

తమ తమ జన్మపరంపరలలో సర్వమూ సాధించిన
గురువులు, సద్గురువులు .. అందరూ కలిసి పై లోకాల్లో " **పరమగురుమండలి** " గా ఏర్పడి వున్నారు ..
మరి సమస్తలోకాల కల్యాణకర కార్యక్రమాలలో తమ వంతు వివిధ కర్తవ్యాలను నిర్వహిస్తున్నారు ..
దీనికి అనుగుణంగా .. అందులో భాగంగానే .. వారు **భూలోక ఉద్ధరణ** కు కూడా పూనుకుంటూ
తాము తిరిగి మానవ జన్మకు రావడానికి ఎన్నుకున్న సరిక్రొత్త మార్గమే "వాక్ - ఇన్ " మార్గం !
వారు .. " **ఆ పరమగురుమండలి** " **సదస్యులు** " .. ఈ భూమ్మీద జన్మతీసుకుని వున్న
సాత్విక ఆత్మస్వరూపులను కొంతమంది ఎన్నుకుని ..
వారిని వారి వారి యవ్వన-ప్రౌఢ దశలలో వారి వారి శరీరాలలోంచి తప్పించి
తాము స్వయంగా దేహప్రవేశం చేసి తాము అనుకున్న లక్ష్యాలను సాధిస్తున్నారు !
వీరినే .. " Walk-in Masters " .. " **వాక్-ఇన్ మాస్టర్స్** " అంటాం !

" **ఈ భూమ్మీద జన్మతీసుకున్న ప్రతి ఒక్క మనిషి కూడా**
మానవత్వంలో జీవిస్తూనే .. దైవత్వాన్ని పొందాలి " అన్నదే వీరి లక్ష్యం ..
మామూలుగా గర్భంలోని పిండం ద్వారా జన్మతీసుకున్నవారు " Born-ins " అయితే
అభివృద్ధి అయిన యవ్వన-ప్రౌఢ దశలలోని దేహాలలో వారిని తప్పించి
కర్మ తీరం దాటిన యోగులు రంగప్రవేశం చేసినప్పుడు వారిని " **వాక్-ఇన్ మాస్టర్స్** " అంటాం !

" **వాక్-ఇన్ ప్రయోగం** " జరిగిన జాగృత ఆత్మలు
" **మైత్రేయ బుద్ధుళ్ళు** "గా తమ తమ సంబంధిత " Walk-outs " " **వాక్-ఔట్స్** " యొక్క
కర్మబంధమైన కుటుంబపరమైన బాధ్యతలను చక్కగా నిర్వర్తించుకుంటూనే
విశ్వకల్యాణకర కార్యక్రమాలలోనూ .. మరి ఆత్మచైతన్య ఉద్యమాలలోనూ .. సూత్రధారులు అవుతున్నారు

శాకాహార జీవనం .. ఆత్మైక ఎరుక .. స్థితప్రజ్ఞత్వం అన్నవి
" **వాక్-ఇన్** " అయివున్న ఒకానొక **మైత్రేయ బుద్ధుని** మౌలిక లక్షణాలు !
అతడు ఈ భూమ్మీద ఆత్మిక శాస్త్ర బోధకుడిగా, ఆనందశాస్త్ర పరిశోధకుడిగా పరిశోధకుడిగా వుంటూ దైనందిన
జీవనంలో **ఆధ్యాత్మిక విలువల కోసం పోరాడే యోద్ధుడిగా** విలసిల్లుతూ వుంటాడు !

" **వాక్-ఇన్** " అనే అద్భుత విషయాన్ని అమెరికా దేశానికి చెందిన
ప్రముఖ ఆధ్యాత్మిక మీడియమ్ అయిన " Ruth Montgomery - **రూత్ మాంట్‌గోమెరీ** "
తమ పరిశోధనాత్మక అనుభవజ్ఞాన గ్రంథం " Strangers Among Us " ద్వారా
మొట్టమొదటిసారిగా భూలోకానికి తేటతల్లం చేశారు !
ప్రపంచ ఆధ్యాత్మిక జగత్తును **సరిక్రొత్త మేలుమలుపు** త్రిప్పిన **అద్భుత సంచలనం**
ఈ " **వాక్-ఇన్స్** " **గురించి విశేష సమాచారం వున్న గ్రంథం** !

ఉద్యోగరీత్యా బెంగుళూరు నగరంలో 1985 సంవత్సరంలో ఒకసారి నేను మూడురోజులు వున్నప్పుడు "
Strangers Among Us " గ్రంథం పరిచయం అయ్యింది ..
వెంటనే నా విచిత్ర పరిస్థితి నాకు అర్థం అవడం ప్రారంభమయ్యింది :
నేను కూడా ఆ **గురుమండలి** కి చెందిన ఒకానొక సదస్యుడును !
1979 సంవత్సరంలో ‘ సుభాష్ ’ అనే అతని అనుమతితో, అతనిని తప్పించి ..
ఆ ఉత్తమ మానవుని 32 సంవత్సరాల దేహంలోకి ..
" **వాక్-ఇన్ మాస్టర్** "గా ప్రవేశించాను ..

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ లో ప్రస్తుతం 80శాతం ఉన్నారు
వెంటనే ప్రారంభమైంది నా విశ్వకల్యాణ కార్యక్రమం ..

నా అను నిత్య ధ్యానం - స్వాధ్యాయం ..
అనునిత్య ధ్యానశిక్షణ - స్వాధ్యాయశిక్షణ కార్యక్రమం
నా లాగే " వాక్-ఇన్ " అయిన జాగృత ఆత్మస్వరూపులు
పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ లో ప్రస్తుతం 80 శాతం వున్నారు !
స్వజాతి పక్షులు ఒకదానిని మరొకటి గుర్తించుకుని .. **సమూహాలుగా** ఏర్పరచుకున్నట్లు ..
నా జీవిత లక్ష్యం నా స్వజాతి పక్షులన్నింటినీ గుర్తించి
ఒక **మైత్రేయబుద్ధుళ్ళ మహాసమూహం** గా చెయ్యడం !
ఆ " **మైత్రేయబుద్ధుళ్ళ మహాసమూహం** " పేరే .. "PSSM"

PSSM లో వున్న " వాక్-ఇన్ " మాస్టర్లందరూ ..
సరికొత్త ధ్యాన ఆధ్యాత్మిక New Age నవ్యయుగ విప్లవాన్ని సృష్టిస్తూ ..
ఈ భూమిని స్వర్గతుల్యంగా చేయడానికి
రాత్రనక పగలనక అహర్నిశలూ కష్టపడుతున్నారు !

ఈ " **సరిక్రొత్త శాస్త్రీయ పిరమిడ్ ఆధ్యాత్మిక మూస** " యొక్క **సృష్టి కార్యక్రమం**
2012 సంవత్సరం వరకు దాదాపుగా పూర్తయ్యింది ..
మరి 2034 సంవత్సరం కల్లా భూగోళ యావత్‌మానవాళి అంతా
" PSSM **పక్షుల బృహత్ సముదాయం** " అయిపోతుంది !
పిరమిడ్ మాస్టర్లకు జై !
పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ కు జై ! **జై** !
రూత్ మాంట్‌గోమెరీకి జై ! **జై** ! **జై** !

వృత్తి దక్షత"

వ్యాపారులు, వ్యవసాయకులు, పారిశ్రామికులు, శ్రామికులు, గృహస్థులు, పాలకులు, బోధకులు - వీరందరితో కూడి ఉన్నదే సమాజం. మానవ శరీరంలో కళ్ళు, చెవులు, చేతులు, కాళ్ళు . . . ఇలా ఏ అంగం చేసే పని అది చేయాలి. ప్రతి అంగానికీ సరిసమానమైన విశిష్టత, సరిసమానమైన బాధ్యత, సరిసమానమైన దైవత్వం ఉంది. శరీరంలో ఏదో ఒక భాగం లేదా, ఏదో ఒక అంగం ; ప్రధానమైనది, మిగిలినవి అప్రధానమైన అంగాలు కావు.

వ్యాపార దక్షత ఉన్నవారు వ్యాపారం చేయాలి. వ్యవసాయ దక్షత ఉన్నవారు వ్యవసాయం చేయాలి. పై దక్షత లేనివాళ్ళు శారీరక శ్రమలో అయినా దక్షతను చూపించాలి.
వ్యాపారులు మొట్టమొదటగా గుర్తుంచుకోవలసింది ఏమిటంటే " సమాజానికి వారి వ్యాపారం అతిముఖ్యమైనది " అని. వ్యాపార వృత్తిలో ఉన్నవారు మొదట **వ్యాపార దక్షత** కలిగించుకోవాలి. న్యాయంగా వ్యాపారం

చెయ్యాలి. కుటుంబ శ్రేయస్సుకు తగినంత లాభాలనే దృష్టిలో పెట్టుకోవాలి. అంతకు మించి వచ్చిన లాభాలను సంఘశ్రేయస్సుకు వినియోగించాలి.
వ్యాపార దక్షత అనేది ఒక శాస్త్రం ; దీన్నే ఇంగ్లీషులో Business Management అంటాం. దీనికి ప్రత్యేకంగా ప్రపంచమంతటా కళాశాలలు ఉన్నాయి. కనుక, వ్యాపారం చేసేవాళ్ళు వ్యాపార దక్షతను సంపాదించుకోవాలంటే బిజినెస్ అడ్మినిస్ట్రేషన్, Business Management లాంటి కోర్సుల ద్వారా వ్యాపార దక్షతను సంపాదించుకోవాలి. అందులోని సూత్రాలను అవగాహన చేసుకోవాలి. తోటి వ్యాపారులతో వ్యాపార విషయాలను పరస్పరం చర్చిస్తూ, పరస్పరం నేర్చుకుంటూ ఉండాలి. ఆ పరిస్థితుల్లో చేపట్టిన వృత్తికి **తగిన సజ్జన సాంగత్యం.** ఆ పరిస్థితుల్లో **తగిన స్వాధ్యాయం చేయాలి.** ఆ పరిస్థితుల్లో సొంత వ్యాపారం మీద పూర్తి ధ్యాస ఉంచాలి.
పాలకులు **పాలనా దక్షత** ను కలిగి ఉండాలి.
వ్యవసాయదారులు **వ్యవసాయ దక్షత** ను కలిగి ఉండాలి.
వ్యాపారస్థులు **వ్యాపార దక్షత** ను కలిగి ఉండాలి.
గృహస్థులు **గృహ నిర్వహణా దక్షత** ను కలిగి ఉండాలి.
శ్రామికులు **శ్రామిక దక్షత** ను కలిగి ఉండాలి.
అయితే మరి అందరూ ఆత్మజ్ఞాన పరాయణులు కావాలి. అది కంపల్సరీ. అంటే తప్పనిసరి. ఒక త్రాటి మీద **వృత్తి దక్షత** మరొకత్రాటి మీద **అత్మజ్ఞాన దక్షత** కలిగి ఉండాలి.

"వృద్ధుడు"

"ఆజ్ఞో భవతి వై బాలః పితా భవతి మంత్రదః
ఆజ్ఞం హి బాలమిత్యాహుః పితత్యేన తు మంత్రదమ్"
= మను స్మృతి
"నూరేళ్ళ వయస్సు కలవాడైనా విద్యా విజ్ఞానాలను ఇచ్చేవాడైతే బాలుడైనా 'వృద్ధుడు' అని అంగీకరించాలి; ఎందుకంటే సకల శాస్త్రాలూ, ఆప్త విద్వాంసులూ అజ్ఞానిని 'బాలకుడు' అనీ, జ్ఞానిని 'పిత' అనీ అంటారు"
= దయానంద - గోపదేవ్ ఆధారంగా
ధమ్మపదంలో బుద్ధుడు ఇలా చెప్పాడు:
"న తేన థేరో సోహుతి, యేన స్స పలితం సిరోః"
"తల నెరిసినంత మాత్రాన మనిషి ధీరుడు కాజాలడు" అని
వయస్సుతో ఎవడైనా వృద్ధుడు అవుతాడు;
దానివల్ల ఏమీ లాభం లేదు; కావలసింది జ్ఞాన వృద్ధత్వం.

విపస్సన "

పశ్యతి (సంస్కృతంలో) = చూడటం

పస్సన (పాళీలో) = చూడటం

వి = పరిపూర్ణంగా, విశేషంగా

విపస్సన = సంపూర్ణంగా చూడటం

" విపస్సన " అంటే

" ధ్యానంలో దివ్యదృష్టితో పొందే అనుభవాలు " అన్నమాట

ఆనాపానసతి... నిర్వాణం....విపస్సన...

*** ఆనాపానసతి ద్వారానే చిత్తవృత్తినిరోధం జరుగుతుంది**

*** చిత్తవృత్తినిరోధం అవుతూనే ' విపస్సన ' మొదలవుతుంది ..**

అంటే ధ్యానానుభవాలు కలుగుతాయి

*** విపస్సన ద్వారానే నిర్వాణస్థితిపొందుతాం ..**

అంటే, జ్ఞాన సూక్ష్మాలు తెలుస్తాయి .. దుఃఖరాహిత్యం సిద్ధిస్తుంది

వికసిత పుష్పాలుగా ఉండాలి

ఒక వృక్షం యొక్క క్రమంలో ముఖ్యంగా రెండు దశలు వుంటాయి.

ఒక్కదాన్ని వెజిటేటివ్ దశ అంటాం. రెండవ దాన్నిఫ్లావరింగ్ దశ అంటాం వెజిటేటివ్ దశ అంటే విత్తన స్థితి నుంచి వృక్షం తన పుష్ప దశ వరకు సంతరించుకునే స్థితి అన్నమాట. ఫ్లావరింగ్ దశ అంటే ఆ ఎదిగిన వృక్షం తన పుష్ప దశ వరకూ తన ఎదుగుదల అయిపోయింది గనుక ఇక ప్రతి సృష్టికి, తన వంతు అయిన ప్రత్యేక సృష్టికి ఇంక పూనుకోవడం అన్నమాట.

ఇదే విధంగా ఒక అపరిపూర్ణుడైన మానవుడు పరిపూర్ణుడుగా అయ్యేంత వరకూ ఉండే స్థితే ఆ మానువుడి జన్మ పరంపరలు వెజిటేటివ్ దశ.

తాను పరిపూర్ణుడైన తర్వాత ఇక ప్రతిసృష్టి కి పూనుకుంటూ, ఇతరులనూ పరిపూర్ణులుగా తయారు చేసేందుకు కృషి చేసేవారే... తమ జీవితంలో రెండవ దశను అంటే ఫ్లావరింగ్ దశ ను అందుకునే వారు.

ప్రతి మనిషీ, వికసిత పుష్పం గా మారాలి..

అందరూ తాము సంపూర్ణతను సంపాదించుకోవటమే కాకుండా వీలైనంత మందినీ పరిపూర్ణులుగా చేయ నిమగ్నులవ్వాలి.

స్వంత ధ్యాన సాధాన ద్వారా స్వంత పరిపూర్ణత్వాన్ని సాధించుకుని.. వికసిత పుష్పాలు గా మారాలి

ఆ తర్వాత నిరంతర ధ్యాన ప్రచారం- ద్వారా ధ్యాన ఫలాలుగా మారాలి.

" చేయవలసినవి చేస్తే .. పొందవలసినవి పొందుతాం "

ప్రతిక్షణం మనం మన ఆత్మతో మనం మమేకమై వుంటూ మనతో మనం స్నేహం చెయ్యాలి. మనతో ఎలా స్నేహంగా ఉంటామో అలాగే ఇతరులతో కూడా స్నేహం చెయ్యాలి.ఇతరులతో స్నేహం చేస్తే అది " సంసారం " ! మరి మనతో మనం స్నేహం చేస్తే అది " నిర్వాణం " ! మనకు సంసారం కావాలి; " నిర్వాణం " కూడా కావాలి ! ఇవి రెండూ ఏకకాలంలో కావాలి !మరొకరితో కలిసి చక్కగా జీవిస్తూ సుఖమయ సంసారాన్ని పొందుతూనే మనం మనతో కూడా కలిసి జీవిస్తూ ఆత్మానందమయ నిర్వాణాన్ని పొందాలి అంటే .. ధ్యానసాధన అన్నది ప్రతి ఒక్కరికీ చిన్నతనం నుంచే అలవడాలి. లేకపోతే " ఆదిలోనే హంసపాదు " అన్నట్లుగా జీవితం అపశృతులతోనే మొదలవుతుంది.
నా చిన్నతనంలో నాకు ధ్యానసాధన గురించి తెలియదు. మా అమ్మ పూజలు చేసుకుంటూ .. మా నాన్న ఉద్యోగం చేసుకుంటూ ఎవరి జీవితంలో వారుండేవారు. అయితే, బహుశః నేను అంతకు ముందు జన్మల్లో చేసిన ధ్యానసాధనా ఫలితం వల్లనేమో నాకు అందరిలా వుండే మామూలు జీవితం నచ్చేది కాదు.

కాలక్రమేణా ధ్యానం గురించి తెలుసుకుని .. ధ్యానం చేస్తూ మెల్లమెల్లగా నా స్వస్థితిలో స్థితమవుతూ వచ్చాను. నా పాత జన్మల్లో గుప్తంగా ఉండిపోయిన జ్ఞానాన్నంతా వెలికి తెచ్చుకున్నాను.

భార్యా పిల్లలను ప్రేమగా చూసుకుంటూనే, ఉద్యోగ ధర్మాన్ని బాధ్యతగా నిర్వహిస్తూనే ఇతరులకు ధ్యానప్రచారం చేస్తూ సమయాన్ని సద్వినియోగం చేసుకునేవాడిని.

ఒక్కోసారి కేవలం ఒక్క వ్యక్తికి ధ్యానం నేర్పడానికి కూడా నేను ఎన్నెన్నో కిలోమీటర్ల దూరం వెళ్ళి మరీ .. వారికోసం గంటలు గంటలు వేచి చూసేవాడిని. వాళ్ళు తమ తమ స్వంత ప్రాపంచిక పనులను ముగించుకుని వచ్చాక .. వారికి ధ్యానం నేర్పి వచ్చేవాడిని. అప్పుడే నా మనస్సు శాంతించేది.

ఇదంతా ఎవరికోసం చేశాను ?? నా కోసమే !! నన్ను నేను ఉద్ధరించుకోవడానికి చేశాను ! నెమ్మది నెమ్మదిగా ధ్యానం విలువ తెలుసుకుని నా దగ్గరికి " పది మంది " రావడం మొదలయ్యింది. ఇప్పుడు వేలూ .. లక్షలమంది !

మీరంతా నా దగ్గరికి ఎందుకు వచ్చారు?? మిమ్మల్ని మీరు ఉద్ధరించుకోవడానికి వచ్చారు !! ధ్యానసాధన ద్వారా మీ దగ్గర ఉన్న పరమాత్మ తత్త్వాన్ని గుర్తించుకోవడానికి వచ్చారు. మీలో వున్న సహనాన్నీ, శ్రద్ధనూ, సబూరీనీ, ఎరుకనూ పెంపొందించు కోవడానికి వచ్చారు. ఇవన్నీ దైవీలక్షణాలు !

ఈ దైవీ లక్షణాలు లేనివాడు .. బాధకలిగితే .. ఆ బాధను తనకంటే బలహీనులయిన వాళ్ళమీద వెళ్ళగ్రక్కుతూ వాళ్ళను హింసిస్తూంటాడు. పై అధికారి ఆఫీసులో తనను ఏదో అన్నాడన్న ఉక్రోషాన్ని ఇంటికి వచ్చి భార్యమీద చూపిస్తాడు .. అది జీర్ణించుకోలేని ఆ దొడ్డఇల్లాలు కోపంతో తన చిన్న పిల్లల్ని చావబాదుతుంది. ఇదొక అసంకల్పిత చైన్ రియాక్షన్! ఇలాంటి ఎరుకలేని అసంకల్పిత గొలుసు - కట్టు చర్యల్లోంచి బయటపడాలి అంటే .. మనలో ధ్యాన చైతన్యాన్ని పెంచుకోవడం ఒక్కటే మార్గం !

ముప్పై సంవత్సరాల క్రితం .. ఒక్కరికే ధ్యానం నేర్పుతూన్నప్పుడు కూడా " లక్షలాది మంది నా సమక్షంలో ధ్యానం చేయాలి " అని నేను సంకల్పించుకున్నాను. నా కలలు నా సంకల్పాలు అద్భుతంగా నెరవేరాయి. ఇదంతా కూడా మన సమిష్టి కృషికి నిదర్శనం !

మన స్వంత కల్యాణం కోసం చేసే ప్రాపంచిక కార్యాలు మనకు కర్మల్లా పరిణమించేందుకు అవకాశాలు కలిగి వుంటే సమిష్టి కృషితో ఇలా అందరికోసం చేసే యజ్ఞాలు లోకకల్యాణానికి కారణభూతం అవుతూ, కొద్దో, గొప్పో మిగిలిన కర్మభారాలను పూర్తిగా దగ్ధం చేసేస్తాయి ! ఇంకేం ?! ఇంకా ముందుకు పోదాం !!

వసిష్ఠ గీతలో 'అదృష్టం' "

"యధా సంయతతే యేన తధా తేనానుభూయతే
స్వకర్మైవేతి చాస్తే న్యా వృత్తిరిక్తా న్ దైనదృక్"

- వసిష్ఠ గీత (2-17)

"ఎవడు ఎలా ప్రయత్నిస్తాడో, దాని ఫలాన్ని అతడు అలాగే అనుభవిస్తాడు;
పూర్వజన్మలలోని స్వీయ కర్మలే ఫలావస్థ పొందినప్పుడు 'దైవం' అనీ, 'అదృష్టం' అనీ చెప్పబడుతుంది; ఆ విధంగా తన కర్మల కంటే వేరైన 'దైవం' కానీ, 'అదృష్టం' కానీ ఏమీ లేదు"

"దోష శామ్యత్వ సందేహం ప్రాక్తనోద్యతనైర్గుణై
దుష్టాన్తోత్ర హస్తనస్య దోషస్యాద్య గుణై క్షయ"

- వసిష్ఠ గీత (2-17)

"ఈ జన్మలోని 'శుభ ప్రయత్నం' ద్వారా పూర్వ జన్మపు
అశుభ పురుష ప్రయత్నాలు అన్నీ నిస్సందేహంగా శమించి పోతాయి;
' గత దినంలోని అజీర్ణాది దోషాలు ఈవాల్టి ఔషధాది
గుణాల ద్వారా నయమవటమే' ఇక్కడి దృష్టాంతం"

వర్ణాశ్రమ ధర్మం"

"ధర్మం" అంటే "కర్తవ్యం"

ఇది రెండింటి మీద ఆధారపడి ఉంటుంది :

1. వర్ణం
2. ఆశ్రమం

"వర్ణం" అంటే "రంగు" ;
అంటే, "ఆరా" . . "జీవకాంతి" అన్నమాట
"ఆరా" అంటే మనిషి చుట్టూ ఉండే కాంతి వలయం
ఇది అంశాత్మ యొక్క పరిపక్వతాస్థాయిని బట్టి వుంటుంది ;
ఇది మన కర్తవ్యం, మన ధర్మం, మన ఆత్మ యొక్క
జ్ఞానాజ్ఞానాల స్థితిని బట్టి వుంటుంది

"ఆశ్రయం" అంటే "నిలయం"
దేహమే మన నిలయం

మనం ఎప్పుడు, ఏమి చేయాలన్నది
కేవలం మన ఆత్మస్థితిని బట్టే కాకుండా
మన దేహ వయోస్థితిని బట్టి కూడా ఆధారపడి ఉంటుంది

కేవలం జ్ఞానులే తమ స్వంత ధర్మం గురించి కానీ,
ఇతరుల ధర్మం గురించి కానీ, నిజస్వరూపం తెలుసుకోగలరు.

జ్ఞానులు కానివారు తమ స్వధర్మం గురించి తెలుసుకోలేరు;
ఇతరుల ధర్మం గురించి అంతకన్నా తెలుసుకోలేరు.

వాక్ క్షేత్రం"

మానవ జీవితం .. 'త్రినేత్రమయం' అంటే.. 'మూడు క్షేత్రాల మయం!

అవి.. 1. "భావనా క్షేత్రం" అంటే ఆలోచనల క్షేత్రం 2. "చేష్టా క్షేత్రం" అంటే.. కర్మల క్షేత్రం మరి 3. "వాక్ క్షేత్రం" మాటల క్షేత్రం!

"భావనలు" అంటే ఇంగ్లీషులో "thouhts"! "చేష్టలు" అంటే "deeds" మరి "వాక్కులు" అంటే "Words"

మన జీవితం అంతా కూడా విస్తారమైన భావనాక్షేత్రం, విస్తారమైన చేష్టాక్షేత్రం మరి విస్తారమైన వాక్షేత్రాలతో నిండి ఉన్నట్లే.. మన చుట్టుప్రక్కల వాళ్ళందరి జీవితాలు కూడా వారికి సంబంధించిన వారి మూడు క్షేత్రాలతో విస్తారంగానిండివున్నాయి.

"Know Thy Self" అన్నాడు.. జీసస్ క్రైస్ట్ "నిన్ను నువ్వు తెలుసుకో" అన్నాడు గౌతమబుద్ధుడు "నన్ను నేను తెలుసుకోవడం" అంటే ఏమిటి? "నేను" అంటే ఎవరు? నా భావానా క్షేత్రం గురించీ, నా చేష్టాక్షేత్రం గురించీ మరి నా వాక్క్షేత్రం గురించీ.. నేను క్షుణ్ణంగా తెలుసుకోవాలి. ఇలా నన్ను నేను తెలుసుకుంటే.. ఈ ప్రపంచాన్ని తెలుసుకున్నట్లే! మరి నన్ను నేను జయిస్తే ఈ సమస్త ప్రపంచాన్నీ జయించినట్లే! నాతో నేను హాయిగా జీవించగలిగితే.. ఈ ప్రపంచంలో నేను ఎవ్వరితోనైనా హాయిగ జీవించగలను కాబట్టి మనమంతా కూడా మనసా, వాచా, కర్మణా జితేంద్రియులం కావాలి; దానికి మన త్రిక్షేత్రాలను గురించి క్షుణ్ణంగా తెలుసుకోవాలి.

భావనా క్షేత్రం : దీనినే మనం "ఆలోచనల క్షేత్రం" అని కూడా అంటాం!

ఇది అత్యంత సృజనాత్మక క్షేత్రం.. మరి ఇక్కడ మనం అంతా కూడా సర్వస్వతంత్రులం! ఇక్కడ 'క్రమ' అక్రమా'లు లేవు; న్యాయాన్యాయాలు లేవు; తప్పొప్పులు లేవు; మరి ధర్మధర్మాలు లేవు. ఈ క్షేత్రంలో ఎవ్వరూ మనల్ని తప్పు పట్టజాలరు మరి "ఇలా ఎందుకు ఉన్నావు?" అని నిలదీయలేరు. ఇక్కడ మనల్ని ఎవ్వరూ ప్రాసిక్యూట్ చేయలేరు..లేదా మనపట్ల తీర్పు చెప్పలేరు!

ఒక పక్షి హాయిగా అనంతగగనంలో ఎలా విహరించగలదో.. అలాగే ఇక్కడ మనం హాయిగా విహరించవచ్చు! సర్వస్వతంత్రమైన ఈ క్షేత్రంలో ఎవ్వరి ఇష్టం వారిది; కనుక మనల్ని బట్టి మనం ఉన్నట్లే ఎదుటివాళ్ళు కూడా వాళ్ళను బట్టి వాళ్ళు వుంటారు! ఇది సత్యం!

"నా భార్య ఎందుకు 'ఇలా' ఆలోచిస్తోంది? నా కొడుకు ఎందుకు 'అలా' ఆలోచిస్తున్నాడు? లేదా నా శత్రువు ఎమ్దుకు 'మరోలా' ఆలోచిస్తున్నాడు?" అనుకోవడం శుద్ధ మూర్ఖత్వం!

మన ఆలోచనా ప్రపంచం మనలోంచి మనకోసం పుట్టినట్లే.. వాళ్ళ ఆలోచనా ప్రపంచం వాళ్ళలోంచి వాళ్ళకోసం పుడుతుంది. ఒకరి ఆలోచనలతో ఇంకొకరి ఆలోచలనకు ఏ మాత్రం సంబంధం ఉండదు. ఇతరుల ఆలోచనల్లో తప్పొప్పులు ఉన్నాయని 'అల్పజ్ఞులు' అంటే .. "తప్పొప్పులకు తావు లేనిదే ఆలోచనల క్షేత్రం" అని 'సర్వజ్ఞులు' అంటారు.

అందుకే "Judge Ye Not" అన్నారు జీసస్ క్రైస్ట్. ఈ మూడు ఆంగ్లపదాల్లోనే సమస్త ఆత్మజ్ఞానం నిండివుందిమరి అవి "సహస్రార స్థితి"లో అలరారే.. ఉన్నతాత్మ నోటినుంచి జాలువారిన ఆణిముత్యాలు.

వాటిని అర్థం చేసుకోవాలంటే మనం కూడా జీసస్ క్రైస్ట్ ఉన్న సహస్రార స్థితికి చేరుకోవాలి! ప్రపంచ చదరంగ ఛాంపియన్ అయిన "గ్యారీ కాస్పరోవ్" ఆట తీరును ఇంకొక ప్రపంచ ఛాంఫియన్ అయిన "విశ్వనాథన్ ఆనంద్" మాత్రమే అర్థం చేసుకోగలడు! కొద్దిగా చదరంగం నేర్చుకుని కాలక్షేపానికి ఆడేవాళ్ళకు కాస్పరోవ్ ఆట తీరు ఎంతమాత్రం అర్థం కాజాలదు!

కనుక మనలాగే ఎవరి భావనాక్షేత్రం వారి ఇష్టం కాబట్టి సామాన్య మూర్ఖపు జనాల్లా వారి ఆలోచనల పట్ల తీర్పులు చెప్పకుండా..జీసస్ క్రైస్ట్‌లా విరాజిల్లాలి!

చేష్టా క్షేత్రం : క్రియారూపకంగా మన జీవితంలో మనం ఏం చేసినా దానిని "చేష్ట" అంటాం! ఉద్యోగం చెయ్యడం, పిల్లల్ని కనడం, చదువుకోవడం, డబ్బు సంపాదించడం, పూజలూ, దానాలూ చేయడం.. ఇలా జీవితంలో రకరకాల చేష్టలను మనం చేస్తూ ఉంటాం.

భావనా క్షేత్రం.. "ఆస్ట్రల్ ప్రపంచానికి" చెందినది అయితే చేష్టాక్షేత్రం.. "భౌతిక ప్రపంచానికి" సంబంధించింది.

భావనా క్షేత్రం అన్నది కారణక్షేత్రం అయితే చేష్టా క్షేత్రం అన్నది కార్యక్షేత్రం!

ప్రపంచంలో రకరకాల మనుష్యులు వుంటారు! జంతు జన్మలనుంచి నేరుగా మొట్టమొదటిసారి మావన శరీరంలో ప్రవేశించినవారు వున్నారు. మానవ శరీరంలో ప్రవేశించి పది జన్మల తీసుకున్నవాళ్ళు వున్నారు. ఐదు వందల జన్మల తీసుకున్న వాళ్ళు వున్నారు. వీళ్ళందరి స్వభావాలు ఒకే రకంగా వుండవు కదా!

మొట్టమొదట "తమోగుణ ప్రధాని" గా వచ్చి..కొన్ని జన్మలు తీసుకున్న తర్వాత మెల్లిమెల్లిగా.. ఆ గుణం మారిపోతూ, మారిపోతూ.. "రజోగుణ ప్రధాని" గా తయారువుతాడు.

ఆ తర్వాత మెల్లిగా మెల్లిగా.. మారుతూ మారుతూ.. "సత్వగుణ ప్రధాని"గా ఆ తర్వాత ఇంకా మెల్లిగా మెల్లిగా.. మారుతూ "నిర్గుణుడు" గా అయిపోతాడు.

రకరకాల గుణ సంచయాలతో కూడి వున్న ఈ రకరకాల మానవుల చేష్టాక్షేత్రాలు ఒకే రకంగా ఉండవు.

ఒకానొక తమోగుణ ప్రధానమైన వాడి కార్యకలాపాలు ఆ గుణానికి మాత్రమే సంబంధించినవిగా ఉంటూ పూర్తిగా ఆ గుణానికే అంకితమై.. ఆ గుణానికి ప్రతిరూపాల్లా వుంటాయి. అలాగే ఒక రజోగుణ ప్రధానమైన వాడి కార్యకలాపలు రజోగుణ ప్రధానమైనవిగానే వుంటాయి! తమోగుణ ప్రధానమైన వాడి కార్యకలాపాలు రజోగుణ ప్రధానమైనవాడి కార్యకలాపాలతో ఒకే విధంగా వుండజాలవు. అది అసంభవం!

ఏ వంట తింటే చేతికి ఆ వాసనే వచ్చినట్లు.. మనం అంతరంగంలో ఏ గుణాన్ని కలిగివుంటామో మన బహిర్ కార్యకలాపాలు కూడా ఆ గుణానికి సంబంధించినవిగానే వుంటాయి తప్ప వేరే గుణానికి సంబంధించినవిగా వుండవు!

అలాగే, ఒకానొక రజోగుణ ప్రధాని యొక్క కార్యకలాపాలు ఒకానొక సత్వగుణ ప్రధాని యొక్క కార్యకలాపాలు ఒకేలావుండజాలవు. ఒకానొక సత్వగుణ ప్రధాని చక్కటి సంగీతం వింటాడు. భజనలు చేస్తాడు..లేకపోతే చక్కగా ఆటపాటలలో వుంటాడుకానీ.. రజోగుణ ప్రధాని ఎల్లప్పుడూ మూర్ఖరాజకీయాల్లో వుంటాడు! అసలు వాడికి ప్రశాంతంగా వుండడం, వుంచడం అన్నది గిట్టనే గిట్టదు.

అలాగే ఒకానొక సత్వగుణ ప్రధాని యొక్క కార్యకలాపాలు ఒకానొక నిర్గుణి యొక్క కార్యకలాపాలు ఒక్కలాగే వుండవు.

నిర్గుణ ప్రధానమైనవాడు ఎప్పుడు తాను ధ్యానం చేస్తూ.. అందరితో ధ్యానం చేయిస్తూ వుంటాడు మరి..ధ్యానం గురించే మాట్లాడుతూ వుంటాడు. సత్వగుణ ప్రధాన కార్యకలాపాలు అయిన సంగీతం, భజనలు మరి ఆటపాటల్లో, నిర్గుణ ప్రధానులు అధికంగా వుండరు!

ఒకానొక "శిశువు లాంటి ఆత్మ" జీవితంలో అలాగే జీవిస్తాడు. కొన్ని జన్మలే ఎత్తాడు.. "యాభై జన్మలు ఎత్తలేదు"..కనుకు అంతేజ్ఞానం వుంటుంది. ఐదు జన్మలకు ఏ ఏ స్వభావాలు వుంటాయో అయిదు జన్మలు తీసుకున్నవారికి అవే వుంటాయి. యాభై జన్మలకు ఏ ఏ గుణ గణాలు వుంటాయో యాభై జన్మలు తీసుకున్న వారికి కూడా ఆ యా గుణగణాలే వుంటాయి.

అలాగే ఓ వెయ్యి జన్మలు తీసుకున్నవాడు తన స్థాయికి తగ్గ పనులు ఎవైతే ఉంటాయో ఆ పనులే చేస్తాడు. కనుక ఎవరి కార్యకలాపాలను కూడా మనం గర్వించ, నిందించ అర్హత లేనివాళ్ళం!

కనుక "తప్పు ఎక్కడ ఉంది?" అంటే "అసలు 'తప్పు' అనేది లేనే లేదు"!.. మరి తప్పు పట్టడమే అన్నింటికన్నా పెద్ద తప్పు!

మనం కొన్ని జన్మల్లో తమోగుణిగా పుట్టాల్సిందే. మరో కొన్ని జన్మలు రజోగుణపరంగా వుండాల్సిందే.. మరి కొన్నిజన్మలు సత్వగుణంగా వుండవలసిందే! చివరగా నిర్గుణంగా అయి తీరుతాం. కనుక ఎవ్వరినీ ఎవ్వరూ తప్పు పట్టవలసిన పనిలేదు!

"Judge Ye Not"

ఒకసారి ఒకానొక వేశ్యను రాళ్ళతో కొట్టబోతూంటే "మీలో తప్పు చేయని వాళ్ళు ఎవరో వాళ్ళు మాత్రమే రాళ్ళతో కొట్టండి" అన్నాడు జీసస్‌క్రైస్ట్. అందరూ రాళ్ళు క్రింద పడేశారు. ఎవరి స్థాయిలలో వాళ్ళు తప్పులు చేస్తూ వుంటారు లేదా ఒప్పులు చేస్తూనే వుంటారు కనుక మనం ఎవ్వరినీ తప్పులు పట్టవద్దు మరి వారిపట్ల తీర్పులు చెప్పవద్దు. అసలు ఆ అర్హత ఎవ్వరికీ లేదు! ఈ లోకంలోనే కాదు ఏ లోకంలో అయినాఅది అంతే!

భగవద్గీతలో శ్రీ కృష్ణుడు కూడా అర్జునుడిని "తమో,రజో, స్వాతిక గుణాలు ప్రకృతి సహజం కనుక నీ ఇష్టం వచ్చినట్లు నువ్వు చేయవయ్యా" అన్నాడు.

"నా ఇష్టం వచ్చినట్లు నువ్వు చేయవయ్యా" అని చెప్పలేదు "నీ స్వధర్మం ఎలా అనిపిస్తుందో, నీ స్వగుణం నిన్ను ఎలా ప్రేరేపిస్తుందో అలానే చెయ్యి..అలాగే విలసిల్లు .. నాకు అనుగుణంగా నువ్వు విలసిల్లడం కాదు" అన్నాడు.

ఇలా అత్యంత సృజనాత్మకమైన భావనా క్షేత్రంలో సర్వస్వతంత్రులం అయిన మనం ఏమీచేయనవసరం లేదు మరి జన్మజన్మల గుణసంచయాలతో కూడిన చేష్టా క్షేత్రంలో ఏమీ చేయలేము. ఈ రెండింటికి మధ్యలోవున్న వాక్‌క్షేత్రం అన్నదే సకల కర్మలకూ మూలం కనుక మనం సరిచేసుకోవలసిందీ, సరిచూసుకోవలసిందీ వాక్ క్షేత్రాన్నే!!

"వాక్ క్షేత్రం"

"What goes into mouth, that does not defileth a person. What comes out of themouth, that defileth a person" అన్నారు..జీసస్ క్రైస్ట్.

"నోట్లోకి ఏం పోతుందో అది మానవుణ్ణి నాశనం చేయదు.. నోట్లో నుంచి ఏది బయటికి పోతుందో అదే మానవుణ్ణి నాశనం చేస్తుంది" అని దాని అర్థం!

నోటిలోంచి బయటికి వచ్చేవి "మాటలు" ..అంటే మన "వాక్ క్షేత్రం"! దానిని మనం తప్పక సరిచేసుకోవాలి!

మస్తిష్కంలో నుంచి "తలుపులు" వస్తాయి. నోట్లో నుంచి "వాక్కులు" వస్తాయి. కాయంలో నుంచి "కర్మలు" వస్తాయి. కనుక మస్తిష్కానికీ కాయానికీ మరి కారణానికీ కార్యానికీ మధ్య అనుసంధానమై వున్న వాక్ ప్రపంచం అన్నది అత్యంత కీలకమైంది!

భగవద్గీతలో.. అర్జునుడు "వాడు నా తండ్రి".. "వీడు నా గురువు".. "వాడు నా సోదరుడు" మరి "వాళ్ళను ఎలా చంపాలి?" అంటూ తనవిషాదమంతా వెళ్ళకక్కున్నాడు. ఆ విషాదమంతా అతని అజ్ఞానపు వాక్ క్షేత్రం లోంచి వచ్చింది.

అర్జునుడు విషాదం వెళ్ళగక్కితే.. "కృష్ణుడు నువ్వు తప్పుగా మాట్లాడుతున్నావు; నీ మాటలు నువ్వు సరిచేసుకో; నీ మాటలు సత్యదూరం; సత్య వాక్కులేమిటో నేను చెప్తాను" అంటూ అద్భుతమైన "గీతామృతం" ఇచ్చాడు.

అర్జునుడి విషాద యోగం అర్జునుడి వాక్ క్షేత్రంలో నుంచి వస్తే.. శ్రీ క్రుష్ణుడి భగవద్గీత.. శ్రీ కృష్ణుడి వాక్ క్షేత్రంలో నుంచి వచ్చింది.

"అశోచ్యానన్వశోచస్త్వం ప్రజ్ఞావాదాంశ్చ భాషస
గతాసూనగతాసూంశ్చ నానుశోచన్తి పండితాః||"

"నువ్వు ఏడవకూడని దానికోసం ఏడుస్తూ గొప్ప గొప్ప మాటలు నాకే చెప్తావా? నీకు ఏ అర్హత ఉందయ్యా, గొప్ప గొప్ప మాటలు మాట్లాడడానికి?!నువ్వునీ స్థాయికి తగ్గ మాటలే మాట్లాడు; నీ స్థాయికి తగని మాటలు మాట్లాడవద్దు.

"నీకు పుట్టుకంటే తెలియదు..జన్మ అంటే తెలియదు చావంటే తెలియదు.. 'మంచి' అంటే తెలియదు.. 'చెడు' అంటే తెలియదు! అయినా మాట్లాడుతున్నావు.

"తెలియనప్పుడు మౌనంగా ఉండు.. తెలిసినప్పుడే మాట్లాడు. కనుక, నువ్వు మాట్లాడింది తప్పు".. అని చక్కగా ఆయన ఖండించాడు, వివరించాడు, విశ్లేంచాడు, సరిచేశాడు. "వాక్ క్షేత్రం" శాస్త్రీయంగా.. సత్య సమ్మతంగా.. సత్యానికి దగ్గరగా వుండాలి. సత్యంలో లీనమై, సత్యంతో ఏకమై వున్న మాటలనే "సత్య వాక్కులు" అంటాం.

మన మాటల్ని సవరించుకోవడాన్ని "జ్ఞానయోగం" అంటాం!
ఎలాగైతే సంగీతం బాగా వచ్చిన వారి దగ్గర మనం సంగీతం నేర్చుకుంటామో, మాటలు బాగా మాట్లాడే వారి దగ్గరచేరి మాటలు బాగా మాట్లాడటం నేర్చుకోవాలి!

సత్య వాక్కులు వున్నవారి దగ్గర చేరి మనం సత్యవాక్కులు నేర్చుకోవాలి. అలాంటి మాటలను బుద్ధుడి దగ్గరి నుంచి అరువు తెచ్చుకోవాలి.. కృష్ణుడి దగ్గరి నుంచి అరువు తెచ్చుకోవాలి.. లేదా జీసస్ నుంచి అరువు తెచ్చుకోవాలి. మిమ్మల్ని నేను "ఓ వెయ్యి రూపాయలు ఇవ్వండి" అన్నాను అనుకోండి!

"నా దగ్గర అయిదు రూపాయలు మాత్రమే ఉన్నాయి; అంతకన్నా ఎక్కువ లేదు, క్షమించండి అంటారా? లేక "మీకు వెయ్యి రూపాయలు అప్పు తెచ్చి మరీ ఇస్తాను' అంటారా?"
మన దగ్గర డబ్బు లేకపోతే ప్రక్కవాళ్ళ దగ్గర నుంచి అరువు ఇప్పించినట్లే.. మన దగ్గర 'బుద్ధి' లేదు కనుక.. ప్రక్కవాళ్ళ 'బుద్ధి'ని కాస్త అరువు తెచ్చుకోవాలి
పిరమిడ్ మాస్టర్లందరికీ ఇది అనుభవమే.
ఎవరైన తప్పు మాట్లాడితే నేను వెంటనే తప్పు పడతాను!
ఎవరైనా "గుడ్ మార్నింగ్ " అంటే "ఏమయ్యా 'బ్యాడ్ మార్నింగ్' ఎక్కడైనా ఉందా?" అంటాను.

ప్రతి ఒక్కరూ వచ్చి "బాగున్నారా? అని అడుగుతారా! మీకు బుద్ధి లేదా? లేక మీ బుద్ధి గడ్డి తినిందా?" అని వెంటనే అరుస్తాను!
ఇది అందరికీ తెలుసు! చేష్టల తీరును నేనెప్పుడూ పట్టించుకోను! నేనెప్పుడూ పట్టించుకునేది.. మాటల అశాస్త్రీయాన్నే!
"పైన తిరుమలలో దేవుడున్నాడు" అంటే.. "నువ్వు చూశావా? అక్కడ 'విగ్రహం' ఉంది. 'విగ్రహం చూడ్డానికి వెళ్ళాను' అని చెప్పు ఒప్పుకుంటాను కానీ 'దేవుణ్ణి' చూడడానికి వెళ్ళానంటే తప్పు కనుక అవి సత్యవాక్కులు కావు" అంటాను!

సత్య వాక్ పరిసాధన"

వాక్కులనేవి మూడు రకాలుగా ఉంటాయి.

1. అశుభ వాక్కులు 2. శుభ వాక్కులు 3. సత్య వాక్కులు

" వాక్కులు " అంటే మన నోటిలో నుంచి వచ్చే మాటలే, జీసస్ క్రైస్ట్ అన్నారు " what goes into the mouth, that does not defileth a person. What comes out of the mouth ... that defileth a person." ఎంత చక్కగా చెప్పారో, సహస్రార స్థితిలో ఉన్న ఆ గ్రాండ్ మాస్టర్. అంటే మానవుడి నోట్లోకి ఏం వెళ్తుందో అది మానవుణ్ణి మలినపరచదు, మానవుని నోట్లో నుంచి ఏం బయటికి వస్తాయో అవే మానవుణ్ణి మలినపరుస్తాయి.

మానవుడి నోట్లో నుంచి ఏదొస్తుంది ? వాక్కులొస్తాయి. ఈ వాక్కులు " అశుభ వాక్కులు " అనీ, " శుభ వాక్కులు " అనీ, " సత్య వాక్కులు " అనీ మూడు రకాలు. మూలాధార, స్వాధిష్ఠాన, మణిపూరకలో ఉండేవారంతా అశుభవాక్కులనే పలుకుతూ వుంటారు. అజ్ఞా, సహస్రారలో ఉండేవాళ్ళ నుంచి, వారి నోట్లో నుంచి, అశుభ వాక్కులూ, శుభ వాక్కులూ రావు ... ఎప్పుడూ సత్యవాక్కులే వస్తాయి.

కనుకనే శ్రీ కృష్ణుడు " శుభాశుభ పరిత్యాగీ " అన్నాడు. శుభం వద్దు ; అశుభం వద్దు. ఈ రెంటినీ పరిత్యజించండి. అశుభం అనేది ఇనుప సంకెళ్ళయితే, శుభం అనేది బంగారు సంకెళ్ళు. కానీ, మొత్తానికి సంకెళ్ళే. ఎవరు " ఇంకొకనికి మంచి చేస్తాను " అనుకుంటాడో, మంచి చెయ్యడానికి ప్రయత్నిస్తాడో ... వాడు అసత్యంలో జీవిస్తున్నాడు. ఎందుకంటే ఎవ్వరూ ఇంకొకరికి మంచి చేయలేరు, ఎవరి కర్మను వాళ్ళు అనుభవిస్తారు. ఒకడు ఇంకొకడికి చెడుపు చేయడం కానీ, మంచి చేయడం కానీ రెండూ అసంభవం.

ఒక తరగతిలో టీచర్ బాగా చెప్తూ ఉన్నాడంటే, స్టూడెంట్స్ ఎవరైతే బాగా వింటారో వారే బాగా నేర్చుకోగలరు. ఎవరైతే వినరో వాళ్ళు నేర్చుకోలేరు ... టీచర్ ఎంత గొప్పవాడైనా సరే. కనుక టీచర్ వల్ల ఎవరూ నేర్చుకోరు. వారి వారి శ్రద్ధ, భక్తుల వల్ల, గురి వల్ల ఎవరికి వారు నేర్చుకుంటారు. ఎవరికి వారే అజాగ్రత్తతో కూడి ఉంటే మరి క్రిందికి జారిపోతూంటారు. ఎవరికి వారే బంధువు, ఎవరికి వారే శత్రువు. " ఉద్ధరేదాత్మ నాత్మానాం ఆత్మానమవసాదయేత్ ... " అన్న శ్రీకృష్ణుడి సత్యవాక్కు, పిరమిడ్ మాస్టర్లందరికీ ఆదర్శం

కనుక, పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ కూడానూ నోట్లో నుంచి మాటలు వచ్చినప్పుడు " అశుభ వాక్కులొస్తున్నాయా ? వద్దు, వద్దు " అని వాటిని తీసేసుకుంటారు. " శుభ వాక్కులొస్తునాయా ? అవి కూడా వద్దు, వద్దు " అని తీసేస్తూంటారు. కేవలం సత్యవాక్కులే పలుకుతారు. " నేను నీకు గురువును ; నేను నీకు మంచి చేస్తాను; నేను నిన్ను ఆశీర్వదిస్తాను " అనే మాటలు వారి నుంచి రావు. ఎవరెవరో నన్ను ఆశీర్వాదం కోరుతూ ఉంటారు. " ఆప్ కే ఆశీర్వాద్ చాహియే " అంటూంటారు.

కానీ ఆశీర్వాదం ఇచ్చేవాడు ఎవడూ ఇక్కడ లేడు. ఎందుకంటే మీరు సత్య వాక్ పరిసాధకులు. నేను ' ఆశీర్వాదం ' ఎలా ఇస్తాను ? మీ కర్మలే మీకు ఆశీర్వాదం, మీ సుఆలోచనలే మీ ఆశీర్వాదం. మీ యొక్క పరిశోధనే, మీ యొక్క పరిసాధనే మీ ఆశీర్వాదం. ఇదే సత్య వాక్ పరిసాధన.

"ఏడు రకాల వాక్ క్షేత్రాలు"

వాక్ క్షేత్రపరంగా మానవాళి అంతా.. ఏడు రకాలుగా విభజించబడింది.
మూలధార తత్వంలో ఉన్నవారు.. స్వాధీష్ఠాన తత్వంలో ఉన్నవారు..మణిపూరక తత్వంలో ఉన్నవారు.. అనాహతతత్వంలో ఉన్నవారు.. విశుద్ధ తత్వంలో ఉన్నవారు.. ఆజ్ఞాతత్వంలో ఉన్నవారు.. మరి సహస్రార తత్వంలో ఉన్నవారు.

మూలాధార తత్వం: ఇది శుద్ధ భౌతిక తత్వం! "నాకు పెళ్ళికావాలి; కూతురు పుట్టాలి; నేను బాగా సంపాదించాలి; బిల్డింగ్‌లు కట్టాలి" అంటూ ప్రార్థనలు చేస్తూ మూలాధార తత్వంలో ఉన్నవారికి కేవలం భౌతికమే కనపడుతుంది తప్ప ఇంకేమీ కనపడదు.

స్వాధీష్ఠాన తత్వం: "నేను MLA గా ఉండాలి; MP వుండాలి; మరి నాకే అందరూ ఓట్లు వేయాలి" అంటూ అల్పమైన కీర్తిప్రతిష్టల కోసం భగవంతుడిని ప్రార్థిస్తూ ఉంటారు.

మణిపూర్వక తత్వం : "నాకు సంగీతం రావాలి, నాకు సంస్కృతం భాష రావాలి; నేను డాక్టర్‌ను కావాలి, అమెరికాలో రిసెర్చ్ చెయ్యాలి" అంటూ భగవంతుడిని ప్రార్థిస్తూంటారు.

మూలధార, స్వాధిష్ఠాన, మణిపూరక తత్వాలను ఆత్మపరంగా "క్రిందిస్థాయిలో ఉన్న తత్వాలు" అంటారు; ఇవి పూర్తిగా ప్రాపంచికమై లౌకిక వాసనలతో కూడుకుని వున్నవి.

అనాహత తత్వం : ఇది అటు లౌకికమూ కాదు.. అలాగని పూర్తి ఆధ్యాత్మిక తత్వమూ కాదు. లౌకిక వ్యవహారాలతో పూర్తిగా విసిగిపోయి ఉన్నవారు.. "నాకు ఈ ప్రపంచంలో ఏదీ అక్కరలేదు; కేవలం మనశ్శాంతి మాత్రమే కావాలి" అనుకుంటు.. "ఓ భగవంతుడా! నాకు మనశ్శాంతినీ, కంటినిండా నిద్రనూ ఇవ్వవయ్యా!" అంటూ ప్రార్థనచేస్తూవుంటారు.

విశుద్ధ తత్వం : తమకు తాముగా శాంతిని పొందినవారు విశుద్ధ తత్వంలో ఉన్నవాళ్ళు; వీళ్ళు తమ కోసం భగవంతుణ్ణి ఏమీ కోరుకోరు. "నేను పొందవలసిన మనశ్శాంతినంతా పొందాను కనుక.. ఇక అందరికీ శాంతిని కలిగించే సన్మతిని ఇవ్వు భగవాన్".. అంటూ ప్రార్థిస్తూంటారు.

రఘుపతి రాఘవ రాజారాం" అన్న గీతంలో "సబ్‌కో సన్మతి దే భగవాన్" అంటూ విశుద్ధ తత్వానికి ప్రతీక అయిన మహాత్మా గాంధీ గారు భగవంతుడిని కోరుకున్నారు!

ఇతరులకోసం కోరుకోవడంలో కూడా వారు లౌకికంగా ఏమీ కోరరు. ఇతరులకు బట్టలు కావాలనో, వాళ్ళకు పెళ్ళిళ్ళు కావాలనో, వాళ్ళకు కొడుకులు పుట్టాలనో లేదా వాళ్ళకు పేరు ప్రతిష్టలు రావాలనో వారు కోరుకోరు! వాళ్ళందరికీ శాంతి రావాలని కూడా కోరుకోరు కానీ.. వాళ్ళు శాంతిని పొందగలిగే "సన్మతి" ని ప్రసాదించమని మాత్రమే మహాత్ములు భగంతుడిని ప్రార్థిస్తూంటారు!

"సన్మతి" అంటే "Right Intellect" అంటే.. "సరి అయిన ప్రజ్ఞ"!

"ఈశ్వరుడు వేరు మరి అల్లావేరు" అనుకుంటూ అశాంతి పాలవుతున్న వారికి.. "ఈశ్వరుడు, అల్లా ఒకటే" అని తెలుసుకోగల సన్మతిని..ప్రజ్ఞను ఇవ్వమని భగవంతుడిని ప్రార్థించడం ఎంత గొప్ప ప్రార్థనో! అయిదవ స్థితి అయిన విశుద్ధ తత్వంలో వున్న వీరు.. ఏడవ స్థితి అయిన "సహస్రార తత్వం"లో ఉన్న భగవంతుడిని ప్రార్థిస్తూన్నారు. అది ప్రార్థనల్లో కెల్లా చివరిస్థాయి.

ఇలాంటి రకరకాల ప్రార్థనలన్నీ కూడా.. విశుద్ధ తత్వంలో అంతమైపోతాయి. ఆ తరువాత వున్న ఆజ్ఞాతత్వంలో "ధ్యానం" వుంటుంది; మరి ఆ పైన సహస్రార తత్వంలో "బోధించడం" వుంటుంది.

సామాన్య ప్రజలకు ..విశుద్ధ తత్వం వరకు ఉన్నవాళ్ళే అర్థం అవుతారు. ఒక ఆజ్ఞా తత్వం మరి ఒక సహస్రార తత్వం వాళ్ళను అర్థంచేసుకోవాలంటే వాళ్ళకు చాలా కష్టం! కేవలం ఒక విశుద్ధతత్వం లో వున్నవాడే వాళ్ళను గుర్తిస్తాడు!

ఆజ్ఞా తత్వం : ఈ తత్వంలో విలసిల్లేవారు.. ఇక ఎక్కువ మాటలు మాట్లాడరు.. మరి ఆచరణ అన్నదే వారికి ముఖ్యం. శ్రీ రాముడు ఆజ్ఞా తత్వానికి ప్రతీక మరి "ఆచరణ" ద్వారానే అతడు ఆదర్శ పురుషుడయ్యాడు. పితృవాక్య పరిపాలన అన్నది అతడిని ఉన్నతోన్నతుడిగా నిలబెట్టింది!
భౌతిక శరీరాలతోనే వుంటూ క్రింది స్థాయికి చెందిన మూలాధార, స్వాధీష్టాన, మణిపూరక తత్వాలతోవుండే సామాన్యజనాలతో పాటు అనాహత మరి విశుద్ధతత్వాలకు చెందిన మహాత్ములకు కూడా ఆజ్ఞా తత్వంలో ఉన్నవారు ఆదర్శప్రాయులు.

సహస్రార తత్వం : ఇక్కడ అంతా సత్యవాక్కు పరిపాలనే జీవితంగా వుంటుది. "సత్యం" పట్ల అద్భుతమైన అవగాహనతో కూడి వారు జీవిస్తూ ఉంటారు.
భర్త లేదా భార్య, తల్లి లేక తండ్రి.. "సత్య రూపకమైన మాటలు" మాట్లాడితే వింటాం.. లేకుంటే ప్రహ్లాదుడిలాగా వారిని సవినయంగా ఎదిరిస్తాం! సహస్రార తత్వానికి ప్రతీక అయిన ఆ చిన్నబాలుడు సత్యవాక్ పరిపాలనకు ఎంత ధైర్యంగా నిలబడ్డాడో!

"నాకు తలనొప్పి వుంది" అంటే ధ్యానం చెయ్యండి".. "నాకు బి.పి. వుంది" అంటే "ధ్యానం చెయ్యండి".. "నాకు ఇంట్లో సమస్యలు ఉన్నాయి" అంటే "ధ్యానం చెయ్యండి".. "నేను ఆర్థికంగా ఎంతో చితికిపోయాను" అంటే "ధ్యానం చెయ్యండి" అని చెపుతాము!

ఏసు ప్రభువు తన పదకొండేళ్ళ వయస్సులో ఉన్నప్పుడు ఒకసారి అందరినీ కూర్చోబెట్టి సత్యవాక్కులను బోధిస్తున్నాడు. ఇంతలో ఒక చిన్నపిల్లవాడు పరిగెత్తుకుంటూ వచ్చి "ఓ జీసస్! మీ తల్లి నిన్ను పిలుస్తోంది" అన్నాడట!

జీసస్ వెంటనే వెనుదిరిగి "ఎవరు నా తల్లి? ఆ దేవుని రాజ్యంలో ఉన్న తండ్రి వాక్కును ఎవరు పరిపాలిస్తారో..వారే నా తల్లిదండ్రులు" అంటూ అద్భుతమైన సత్యవాక్కులను పలికాడు.

ఏసుప్రభువు రోడ్డు మీద వెళ్తూంటే.. ఆయన బట్టలను ముట్టుకున్న వాళ్ళకు రోగాలు తగ్గిపోయేవట! అదే సంగతి ఆయనతో ప్రస్తావిస్తే.. "మీ విశ్వాసమే.. మీకు స్వస్థతను చేకూర్చింది" అన్న సత్యవాక్కునే పలికాడు కానీ "అంతా నేనే చేసాను" అని ఎప్పుడూ చెప్పలేదు!

"ఎవరిని వారే ఉద్ధరించుకోగలరు కానీ.. ఒకరిని ఇంకొకరు ఎప్పుడూ ఉద్ధరించజాలరు" అన్న సత్యం తెలిసిన జీసస్..సహస్రార తత్వంలో అలరారే మాస్టర్ కనుక.. అతని నోట్లోంచి ఎల్లప్పుడూ సత్యం తెలిసిన జీసస్.. సహస్రార తత్వంలో అలరారే మాస్టర్ కనుక అతని నోట్లోంచి ఎల్లప్పుడూ సత్యపూరితమైన మాటలే వచ్చాయి!

సత్యలోకవాసులమైన మనం అందరం కూడా దిగివచ్చిన దేవుళ్ళమే! ధ్యానం ద్వారా ఆత్మానుభవం అయిన పిరమిడ్ మాస్టర్లందరికీ ఇది తెలుసు! ఆత్మానుభవం కాని వారి నోటినుంచి అసత్య వాక్కులు, అజ్ఞానపు వాక్కులు మరి అశుభ వాక్కులే వస్తాయి. ప్రతి ఒక్కరినీ ఆత్మస్వరూపాలుగా గుర్తించి మాట్లాడే మాటలే "సత్యవాక్కులు"! రోజులో ఏదో కొంతసేపు నాలుగు సత్యవాక్కులు మాట్లాడేసి మౌనంగా వుంటే..దానిని సత్యవాక్ పాలన అనలేం! ప్రతిక్షణం..గాఢనిద్రలో లేపి పలుకరించినా..నోటిలోంచి సత్యవాక్కులే బయటికి రావాలి.
రోజులో 24 గంటలు సత్యవాక్ అభ్యాసంలోనే ఉండాలి. సత్యం యొక్క రూపురేఖలను గుర్తించి ఆ రూపులేఖల్లోనే జీవించాలి! అదే మరి "సత్యవాక్ పాలన" అంటే!

ప్రహ్లాదుని సంతతి, గౌతమబుద్ధుని సంతతి, శ్రీకృష్ణుడి సంతతి మరి జీసస్ క్రైస్ట్ సంతతి అయిన మనమంతా.. ప్రతి క్షణం ఆత్మ తత్వాన్ని గురించీ, ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రాన్ని గురించీ, "యద్భావం తద్భవతి"అన్న సూత్రం గురించీ మరి "అప్పో దీపో భవ" అన్న మహావాక్యం గురించీ మాత్రమే పలకాలి. "సత్యవాక్యం సరణం గచ్ఛామి".. "సత్య వాక్ అభ్యాసం శరణం గచ్ఛామి" అనుకుంటూ వుండాలి!

మూలాధార, స్వాధిష్ఠాన, మణిపూరక తత్వాల్లో ఉన్నవారి నోట్లోంచి అశుభ వాక్కులే సదా వస్తూంటాయి. అనాహత మరి విశుద్ధ తత్వంలో ఉన్నవారి నోట్లోంచి శుభవాక్కులు వస్తాయి ఆజ్ఞా మరి సహస్రార తత్వంలో ఉన్నవారి నోట్లోంచి సత్యవాక్కులు మాత్రమే వస్తాయి.

మనం ఏ తత్వంలో ఉన్నామో సరి చూసుకుంటూ మరి అంతకంటే ఉన్నతతత్వంలోకి వెళ్ళడానికి ఎరుకతో పరిసాధన చేస్తూ.. పరిశోధన చేస్తూ.. ఆ తత్వానికి చెందిన పరిపక్వమైన మాటలనే మాట్లాడాలి!! అదే సత్యవాక్ సాధన, సత్య వాక్ శోధన మరి సత్యవాక్ పరిపాలన

వాక్కు మీద ధ్యాస

రెండు రకాలైన వాక్కులున్నాయి. రెండు రకాలైన వాక్కులేవంటే -
(1) అజాగ్రత్తగా మాట్లాడటం; (2) జాగ్రత్తగా మాట్లాడటం.
అలాగే రెండు రకాలైన మనస్సులున్నాయి రెండు రకాలైన మనస్సులేవంటే
(1) కాన్షియస్ మైండ్; (2) సబ్‌కాన్షియస్ మైండ్.

జాగ్రత్తగా మాట్లాడటం అనేది కాన్షియస్ మైండ్ కు ప్రతిబింబం;
అది కాన్షియస్ మైండ్ కు మరింత బలాన్ని చేకూర్చుతూ వుంటుంది.
అంతే కాకుండా జాగ్రత్తగా మాట్లాడటం అన్నది
సబ్‌కాన్షియస్ మైండ్ ను రిపేర్ చేస్తూ కూడా వుంటుంది.
మన ఆత్మ పరిధిలో 9/10 వంతు సబ్‌కాన్షియస్ మైండ్ అయివుంది;
కాన్షియస్ మైండ్ మటుకు 1/10 వంతు మాత్రమే వుంటుంది.

ఎప్పుడైతే, సబ్‌కాన్షియస్ మైండ్‌లో వున్న 9/10 మనస్సు జాగ్రత్తగా అతి జగ్రత్తగా మాట్లాడటం అన్న వాక్ సాధన వలన పూర్ణంగా శుద్ధి అవుతుందో - అప్పుడు మనం దేవుడి రాజ్యంలో చేరినట్లే. అప్పుడు మనం దేవుని కుమారులం అయినట్లే.
ఆ దేవుడి కుమారుడు - ఆ పరమాత్ముడు - జీసస్ అనలేదా ఏదైతే నోట్లోకి వెళ్తుందో అది మానవుణ్ణి కలుషితం చెయ్యదు. కానీ, ఏదైతే నోట్లోంచి బయటకు వస్తుందో అదే మానవుణ్ణి కలుషితం చేస్తుంది. అని ..
కనుక, మనం ఇక నుంచి ఎప్పుడూ అజాగ్రత్తగా మాట్లాడరాదు.
ఇక నుంచి మాట మాటకూ జాగ్రత్త వహిద్దాం.
... తస్మాత్ జాగ్రత్త, ... వాక్కు పట్ల జాగ్రత్త.

ఉత్తిష్ఠ కౌంతేయ, యుద్ధాయ కృతనిశ్చయః

భగవద్గీత ఓ గొప్ప జ్ఞాన భాండాగారం. అందులో లేనిది మరో చోట లేదు.

మనం ఎలాంటి పరిస్థితుల్లో ఉన్నా తత్ అనుగుణమైన, తత్ అనుకూలమైన జ్ఞాన విశేషం భగవద్గీతలో దొరికే తీరుతుంది.యుద్ధ సమయం ఏతెంచినప్పుడు కృత నిశ్చయంతో యుద్ధం చెయ్యి, అన్నాడు కృష్ణుడు. యుద్ధానికి ఎప్పుడూ సుదూరంగా ఉండాలి. మానవులకు కావలసినది యుద్ధం కాదు, శాంతి. మానవులకు కావలసినవి కత్తుల పోటీలు కావు, ఆటల పోటీలు. మానవులకు కావలసినవి రణరంగాలు కావు - క్రీడారంగాలు, నాటకరంగాలు. కానీ ఇంక యుద్ధం అనివార్యమైనప్పుడు, ఇక వేరే గత్యంతరం ఏదీ లేనప్పుడు, శాంతి మాటలతో, వేదాంతపు చర్యలతో, యుద్ధానికి వెన్ను చూపడమనేది మూర్ఖుల లక్షణం.

సకల రాయబారాలు, సకల దాన భేదోపాయాలూ నిష్ఫలమై పోయినప్పుడు ఇక ముఖాముఖి ఘర్షణే శరణ్యం. తాడో, పేడో తేల్చుకోవడమే విధి. యుద్ధమే తక్షణ కర్తవ్యం. ప్రపంచంలోని ఆధ్యాత్మిక మానవాళి అంతా ఇక విసిగిపోయింది. రోత అయిన పాత ను మట్టుపెట్టడానికి ధ్యానం సమాధానాలను తయారు చేస్తుంది. నవ్య ధ్యాన యుగానికి నూతన హారతిని ఇస్తోంది.

పిరమిడ్ పార్టీ జ్ఞాన శంఖారాన్ని పూరిస్తోంది. ధ్యాన గర్జనలను చేస్తోంది. ఇంక రాయబారాలు పనికిరావు. బేరసారాలు నిన్నటి మాట. ఇక ప్రపంచాధిపత్యం కేవలం ఆత్మజ్ఞానులదే దేహ భ్రాంతి ఉన్న మూర్ఖజ్ఞానుల క్రింద ఆత్మజ్ఞాన పరాయణులు ఇక పనిచేయరు.

అరిషడ్ వర్గాలకు లోనైన అల్పాత్ములకు ఇక అరిషడ్ వర్గాలను జయించిన మహాత్ములు సలామ్‌లు కొట్టరు. రాజరికం నుంచి గద్దెలపై నుంచి అల్పాత్ములు, హీన చరిత్రులు, ఆత్మజ్ఞాన రహితులు ఇక చక చకా దిగి పోవలసిందే. మిద్దెలున్న వారిది ఇక గద్దె కాదు; మద్దెల వాయించే వారిది గద్దె కాదు. అక్షరం ముక్కలేని మొద్దు సుద్దలది గద్దె అంతకన్నా కాదు. గుహ్య విద్యను సాధించిన వాళ్ళకే గద్దె. గురువులైన వాళ్ళకే గద్దె. ధ్యానపరాయణులకే గద్దె. జ్ఞాన సోక్రటీస్‌లకే గద్దె. శ్రీ రామచంద్రుని లాంటి వారికే గద్దె.

ప్రప్రథమంగా మన ప్రపంచ చరిత్రలో ఒక అపూర్వ సంఘటన ఈ 1999 సంవత్సరంలో, ఈ ఆంధ్రరాష్ట్రంలో జరుగబోతోంది. కాదు జరగాలి అన్నది మన బంగారు కల. ఆ బంగారు కల పదహారణాల వాస్తవం కావాలంటే ఉత్తిష్ఠ కౌంతేయ, యుద్ధాయ కృత నిశ్చయః.

ధ్యానులందరూ ఇక లేవాలి. రామ రాజ్యస్థాపన అనే యుద్ధానికి సంసిద్ధులు కావాలి.యుద్ధంలో విజయం సాధించాలి. రామరాజ్యం స్థాపించాలి. ఈ యుద్ధంలో చనిపోతే వీర స్వర్గం, విజయులమైతే ఈ భూమండలమంతా మనదే.

ఉత్తమ గురువులు"

రకరకాల గురువులు గురించి వేమన ఇలా చెప్పాడు:

"కల్ల గురుడు గట్టు కర్మచయంబులు-
మధ్య గురుడు గట్టు మంత్రచయము;
ఉత్తముండు గట్టు యోగ సామ్రాజ్యంబు-
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ!"

మూర్ఖ గురువులు ప్రజలకు "కర్మలు" చేయడాన్నే ప్రోత్సహిస్తారు;
"కర్మలు" అంటే "బాహ్యపూజలు" అన్నమాట.
మధ్యమ గురువులు "మంత్ర, ఉపాసన"లకు శిష్యులకు పురిగొల్పుతారు;
"అదే పరమయోగం" అంటూ ప్రవచిస్తూ వుంటారు.

కానీ,ఉత్తమ గురువులు "ధ్యానయోగం"ను మాత్రమే
అందరికీ, అన్నివేళలా ప్రబోధిస్తూ వుంటారు.
బాహ్యపూజలు చేయడం మూర్ఖత;
మంత్రజపం 'మూర్ఖత' కాదు కానీ, 'పరమ యోగం' కూడా కాదు!
అందులో దొరికేది మనస్సుకు తాత్కాలిక ఉపశమనం మాత్రమే!

ధ్యానయోగమే అసలైన యోగం. -ధ్యానయోగ బోధకులే అసలైన గురువులు.

"ఉపవాసం+జాగరణ"

"శివరాత్రి"లో రెండు ముఖ్యమైన అంశాలున్నాయి.
ఒకటి: "ఉపవాసం" రెండు: "జాగరణ"
"ఉపవాసం" అంటే .. "మానసిక పరమైన లంఖణం"
"ఉపవాసం" అంటే .. "ధ్యానంలో మనస్సును శూన్యపరచుకోవడం"
"ఉపవాసం" అంటే కడుపుకు ఏమీ పెట్టకపోవడం కాదు
"జాగరణ" అంటే .. "దివ్యచక్షువు యొక్క జాగరణ"
"జాగరణ" అంటే .. "ఆత్మ యొక్క జాగరణ"
"జాగరణ" అంటే .. రాత్రంతా మేల్కొని "శివుడి సినిమాలు" చూడడం కాదు
ప్రొద్దుటినుంచీ "ఉపవాసం" ఉంటేనే .. రాత్రి "జాగరణ" అయ్యేది
ప్రొద్దుటి నుంచీ ధ్యానాభ్యాసంలో అంటే .. శ్వాసానుసంధానంలో ఉంటేనే
రాత్రికి దివ్యచక్షువు యొక్క ఉద్దీపనం అయ్యేది
"ఉపవాసం" లేకుండా "జాగరణ" అన్నది అసంభవం

"ఉపవాసం" యొక్క ధ్యేయమే .. "జాగరణ"

"జాగరణ"కు కావలసింది ముందుగా "ఉపవాసం"

ఇదీ అసలు కథ.

కడుపులో ఏమీ పెట్టకపోవడం వల్ల మనోనాశనం కాజాలదు

రాత్రి అంతా శివుడి యొక్క సినిమాలు చూడ్డం ఆత్మోద్దీపనం కాజాలదు

ఒక్క పగలైనా నిజమైన "ఉపవాసం"లో ఉండి

ఒక్క రాత్రంతా అయినా "నిజమైన జాగరణ"లో ఉంటే

ఆ ఒక్క రోజు చాలు.. ఆ రోజు "మహాశివరాత్రి" అవుతుంది

.. "జన్మకో శివరాత్రి" అంటారు..

ఒక్క రాత్రి "నిజమైన శివరాత్రి" అయితే .. ఇక జన్మంతా "నిజమైన జాగరణే"

ఒక్క పగలు "నిజమైన ఉపవాసం"లో ఉండగలిగితే ఇక జన్మంతా "నిజమైన ఉపవాసమే"

ఏసు ప్రభువు .. "I fasted for forty days" అన్నారు.

అది శారీరక ఉపవాసం కాదు .. మానసిక ఉపవాసం

"I and my Father are one"

"In my Father's Kingdom there are many mansions"

"Seek ye the Kingdom of God . . and his Righteousness first
and then all else will be added unto you"

అన్నప్పుడు .. అదంతా నిజమైన జాగరణే

.. అదే విధంగా ..

"ఓ అర్జునా, నువ్వూ నేనూ ఎన్నో జన్మలు ఎత్తాం అవన్నీ నాకు తెలుసు .."

"ఓ కుంతీపుత్రుడా, నువ్వు బ్రహ్మలోకానికి వెళ్ళినా మళ్ళీ తిరిగి రావాల్సిందే
అయితే, నేనున్న స్థితికి నీ స్థితి కూడా చేరుకుంటే ఇక నువ్వు మళ్ళీ తిరిగిరావు .."

అని శ్రీ కృష్ణుడు భగవద్గీతలో అన్నప్పుడూ .. అదంతా నిజమైన జాగరణే

"ఉపవాసం" అన్నది ధ్యాన కర్మ అయితే

"జాగరణ" అన్నది.. ధ్యాన మహాకర్మ యొక్క మహాఫలం

"ఉపవాసం జిందాబాద్" .. అంటే .. "ధ్యానం జిందాబాద్"

"జాగరణ జిందాబాద్" .. అంటే .. "ఆత్మానుభవాలు జిందాబాద్"

"జాగరణ జిందాబాద్" .. అంటే .. "శివుడు-మూడవకన్ను జిందాబాద్"

" ఉపాసన - విపస్సన "

" ఉపాసన " అంటే " మంత్రయోగం "

దీనివలన దేవతా స్వరూపాలు తప్పకుండా కనిపిస్తాయి

కానీ, ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానం చేకూరదు... ' మోక్షం ' రాదు

" విపస్సన " అంటే, " ధ్యాన యోగం "

దీనివలన పరమగురువులను (మాస్టర్స్‌లను) ప్రత్యక్షంగా కలుసుకుని,

అన్ని తలాలూ తిరిగి ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానాన్ని సంతరించుకుంటాం" ఉపాసన " మనల్ని కేవలం

ఆనందమయకోశం వరకు మాత్రమే తీసుకుపోగలదు

కానీ " విపస్సన " మనల్ని

విశ్వమయకోశం, నిర్వాణమయకోశం వరకూ తీసుకువెళ్తుంది

* **ఉపాసనా మార్గం కనిష్ఠపక్షానికి చెందినది**

* **విపస్సనా మార్గమే పరమయోగ్యమయినది**

" ఉపనయనం - యజ్ఞోపవీతం "

" ఉపనయనం " అయినవాడు .. అంటే, బ్రాహ్మణత్వం పొంది ద్విజుడు అయినవాడు ..

ఇక తప్పనిసరిగా **" యజ్ఞోపవీతం "** ధరిస్తాడు" యజ్ఞోపవీతం " అంటే " ' యజ్ఞం ' అనబడే ' ఉపవీతం ' "

" యజ్ఞం " అంటే " పరుల సేవార్థమై చేసే కర్మ "

స్వార్థవిరుద్ధకర్మలన్నమాట .. లోకకళ్యాణకరమైన చేష్టలన్నమాట

" ఉపవీతం " అంటే " బట్ట ", " నూలుప్రోగు "

" ఉపనయనం " అంటే " దివ్యచక్షువు "

" ఉపనయనం అయినవాడు యజ్ఞోపవీతం ధరిస్తాడు " అంటే

" దివ్యచక్షువును సంపాదించుకున్న ఒకానొక యోగి ఇంక తన సహచరుల

ఆత్మజ్ఞానాభివృద్ధికి తన సర్వశక్తియుక్తులతో తోడ్పడతాడు " అని అర్థం

" జ్ఞానాగ్ని దగ్ధ కర్మాణం " అన్నాడు గీతాకారుడు

" జ్ఞానం " అనే అగ్నిలో అశుభకర్మలు దగ్ధమైన తరువాత ఇంక

మిగిలివుండే శుభ, నిస్వార్థపూరక కర్మలే " యజ్ఞం "

* **అందుకే, జీసస్ ఆదేశించాడు**

" నీ సహచరులనూ నీలాగే ప్రేమించు " అని

అంటే " యజ్ఞోపవీతధారణ చేయి " అన్నమాట

" ఉపనయనం .. బ్రహ్మోపదేశం "

ప్రపంచంలో అతి కష్టమైనది .. ఆత్మానుభవం ! ఆ తరువాత పిల్లల ప్రశిక్షణ ! ఉట్టికి ఎగరలేనమ్మ స్వర్గాన్ని కోరుకున్నట్లు, తాము ఎవరో తమకే తెలియని వాళ్ళు, పిల్లలను ఎలా పెంచగలరు? తనను తాను తెలుసుకున్న తరువాతే, నిజానికి పెళ్ళి చేసుకోవాలి ! వారే పిల్లల్ని కని పెంచాలి ! ఆత్మజ్ఞానం లేని వాళ్ళు పిల్లల్ని కనవచ్చు; కానీ వాళ్ళను పెంచే సామర్థ్యం మాత్రం వారికి ఉండదు. పూర్వపు రోజుల్లో గురుకులాల్లో పిల్లలందరూ పెరిగినట్లు, ఈ రోజుల్లో కూడా అలాగే జరగాలి.

ఏ ప్రాణి అయినా మరొక ప్రాణిని పుట్టించగలగడం అన్నది ఆ ప్రాణియొక్క గొప్పదనం ఎంతమాత్రం కాదు ! అది ప్రకృతి సహజంగానే జరుగుతూ వుంటుంది! అయితే, " పిల్లల పెంపకం " అనేది కేవలం శరీరాల పెంపకం కాదు; మేధా సంపన్నత్వం సమకూరాలి " అంటే అది పూర్ణ ఆత్మ వికాసులైన తల్లిదండ్రుల వల్లనే ఆ పెంపకం సాధ్యం.

మేధస్సు యొక్క పూర్ణ వికాసం అన్నది ఆత్మానుభవం ద్వారానే మొదలవుతుంది. ఆత్మ విజ్ఞానంలో నిష్ణాతులయినప్పుడే అది పరిపూర్ణం అవుతుంది .. మరి ఈ సిద్ధాంతాన్ని 2500 సం||లకు పూర్వమే సోక్రటీస్ మహాత్ముడు విశేషంగా ప్రవచించాడు. " పిల్లల ప్రశిక్షణ " అన్నది ఆయన యొక్క అతి ముఖ్యమైన పాఠ్యాంశం.

బ్రహ్మజ్ఞానంలో చరించే వాళ్ళే బ్రహ్మచారులు. హిందూ ధర్మంలో " బ్రహ్మచర్యాశ్రమం తరువాతే గృహస్థాశ్రమం " అన్నది ధర్మంగా నియమించబడింది. నేటి బాలురే రేపటి పౌరులు; శిశుత్వం పోయి బాల్యత్వం వస్తూనే .. ఆ బాలబాలికలకు, " ఉపనయన కార్యక్రమం " నిర్వహించడమే హిందూధర్మంలో ప్రధానాంశం.

" ఉపనయనం " అంటే, " మూడవకన్ను Third Eye .. " దివ్యదృష్టి ", " దివ్యశ్రవణం ", " దివ్యయానం " మొదలైనవన్నీ దీని క్రిందికే వస్తాయి. తరువాత " బ్రహ్మోపదేశం " చేస్తారు. అంటే " తత్త్వమసి ", " నువ్వేదేవుడు ", " అహంబ్రహ్మాస్మి " .. " నేను దేవుడు " .. అన్నవి ప్రబోధిస్తారు. మూడవకన్ను అన్నది ధ్యానాభ్యాసం ద్వారానే అంకురిస్తుంది. ధ్యానయోగం అంటే చిత్తవృత్తి నిరోధం. ఇది కేవలం ఆనాపానసతి లేక " శ్వాస మీద ధ్యాస " ద్వారానే సాధ్యం.

శిశుత్వం పోయి బాల్యత్వం వస్తూనే బాల బాలికలందరకూ ప్రప్రథమంగా బ్రహ్మోపదేశం చేసి ధ్యానాభ్యాస తీరును వారి జీవితంలో ప్రవేశపెడతారు. ఆ ఏడు సంవత్సరాలలో వారు పూర్తిగా బ్రహ్మజ్ఞానులుగా విలసిల్లుతూ ' బ్రహ్మచారి '/ ' బ్రహ్మచారిణులు ' గా అవుతారు! యువావస్థలో ప్రవేశిస్తూనే శక్తి సామర్థ్యాలు వస్తాయి కనుక గృహస్థాశ్రమానికి హాయిగా వెంటనే వెళ్ళవచ్చు. బాలాత్మస్థితి ప్రారంభంలోనే .. బ్రహ్మోపదేశం, ఉపనయన కార్యక్రమం ద్వారా ధ్యానాభ్యాసంతో పాటు ప్రాపంచిక జ్ఞానాభ్యాసం కూడా జరిగి, యువ వయస్సులో ప్రవేశించే తరుణానికి పూర్తి బ్రహ్మచారులై, బ్రహ్మచారిణులై దేహధారుడ్యంతో పాటు, ఆత్మధారుడ్యం కూడా సంపూర్ణంగా కలిగి వుంటారు.

అలాంటి వారు వెంటనే గృహస్థాశ్రమం స్వీకరించి, నూతన శిశువులను ప్రకృతి ఒడిలోంచి లాగి, వారి శరీర పోషణ సక్రమంగా చూసుకుంటూ, వారు బాల వయస్సులోకి రాగానే వారి ఆత్మోన్నతికి కూడా కారణభూతులౌతారు. ఈ విధంగా " పిల్లల ప్రశిక్షణ " అన్నది సరియైన విధంగా జరుగుతుంది.

ఆత్మవిద్య గ్రహించి ఉన్నవాళ్ళే, ఆత్మానుభవం ఉన్నవాళ్ళే, అనేకానేక లోకవిద్యలను అతి సులభంగా వశం చేసుకోగలరు! నేర్చుకున్న లోక విద్యలను తమ తమ జీవిత ప్రౌఢదశల్లో, తమ తమ వృద్ధ దశల్లో లోక కళ్యాణప్రదంగా వినియోగించగలరు. ఆత్మవిద్యలో ప్రవేశం లేని మూర్ఖులు తమ ప్రాపంచిక విద్యలను లోక వినాశనం కోసమే వినియోగిస్తారు.

ప్రపంచవ్యాప్తంగా గతంలో జరిగిన దౌర్జన్యాలూ, దోపిడీలూ, మారణహోమాలూ .. ప్రస్తుతం జరుగుతూన్న దౌర్జన్యాలూ, దోపిడీలూ, మారణహోమాలూ .. భవిష్యత్‌లో జరగబోయే దౌర్జన్యాలూ, దోపిడీలూ, మారణహోమాలూ .. ఇవి అన్నీ కూడా " పిల్లల ప్రశిక్షణ " అన్నది సరిగ్గా లేనందు వల్లనే మరి పుట్టుకతో స్వచ్ఛంగా ఉండే పిల్లలు అధ్వాన్నంగా పెంచబడి స్వార్థమైన పెద్దలుగా మారినందు వల్లనే !
ప్రకృతి ఒడిలోంచి వచ్చిన ప్రతి శిశువు కూడా స్వచ్ఛమైనదే మరి అత్యంత శుద్ధమైనదే! కానీ వారు మూర్ఖపు తల్లిదండ్రుల చేతుల్లో .. మూర్ఖపు సంఘం యొక్క అజ్ఞాన వాతావరణంలో .. పెరిగి తమ తల్లిదండ్రులను పోలిన, మూర్ఖుల్లా తామూ తయారవుతున్నారు. కాబట్టి పిల్లల సరియైన ప్రశిక్షణా కార్యక్రమంలో ఉండే కొన్ని అంశాలను పరిశీలిద్దాం:

శిశు అవస్థలో ఉన్నప్పుడు సరియైన ఆహారం ఇవ్వాలి; అంటే కేవలం శాకాహారం మాత్రమే అలవాటు చేయాలి. తల్లి ఎప్పుడూ శిశువును వదిలి ఉండరాదు! విధిలేని పరిస్థితుల్లో తప్ప, శిశువులు తల్లిదండ్రుల దగ్గరే పెరగాలి! బాల్యావస్థలో ప్రవేశిస్తూనే నూతన బాలబాలికలకు బ్రహ్మజ్ఞానం ప్రబోధించాలి! వారిచేత ధ్యానాభ్యాసం చేయించాలి మరి వారి ధ్యానానుభవాలను శ్రద్ధతో ఆలకించాలి! బాల్యావస్థలో బ్రహ్మజ్ఞానంతోపాటు అనేకానేక లోక విద్యలను కూడా ప్రారంభం చేయించాలి.

బాలబాలికలను " బాలబాలికలుగా " చూడకూడదు! వారు కూడా ఎన్నో జన్మల నుంచి ఎన్నో అనుభవాలు పొందిన ఎందరో మహాత్ములై ఉండవచ్చు. కొద్ది మంది బాలబాలికలే ప్రప్రథమ మానవ జన్మల్లో ఉండినవారు వుంటారు. కనుక చిన్నపిల్లలతో వ్యవహరిస్తున్నప్పుడు, పెద్దవాళ్ళతో ఎలా వ్యవహరిస్తామో అలానే వ్యవహరించాలి! వాళ్ళ ఇష్టాయిష్టాలు ప్రత్యేకంగా తెలుసుకోవాలి కానీ మన ఇష్టాయిష్టాలు వాళ్ళపై ఎంత మాత్రమూ రుద్దకూడదు.

పిల్లలను నిర్భయులుగా చేయడం పెద్దవాళ్ళ ప్రథమ కర్తవ్యం! వారిని సర్వవిద్యా పారంగతులుగా, సకల కళాకోవిదులుగా చేయడం పరంపరగా పూర్ణ ఉద్దేశ్యం.
నేటి పాఠశాలలు అన్నీ నాటి గురుకులాలుగా తయారవ్వాలి! నాటి గురుకులాలలో ధ్యానం, ఆత్మజ్ఞానం, గురుసేవ .. అన్నవి ప్రథమస్థానాన్ని ఆక్రమించుకుని ఉండేవి. నేటి స్కూళ్ళల్లో కూడా అవన్నీ తిరిగి ఆ స్థానాన్ని ఆక్రమించాలి.

పిల్లలు కోకొల్లలుగా ప్రశ్నలు వేస్తూంటారు. ప్రశ్నలకు సరియైన సమాధానాలు తెలిస్తే ఇవ్వాలి; తెలియకపోతే తెలిసిన వాళ్ళదగ్గరకు వాళ్ళను పంపించాలి. అంతేకానీ వాళ్ళ జ్ఞానపిపాస మీద మూర్ఖంగా నీళ్ళు చల్లకూడదు!
పిల్లల్లో " పోటీతత్వం " తో పాటు " పోటీలేని తత్వం " కూడా సరిసమానంగా వృద్ధి చెందించాలి!
మానవ జీవితం లేక ఏ ప్రాణి జీవితమైనా ఎప్పుడూ ఏకాంతమే కనుక పిల్లల్ని ఏకాంతంగా అప్పుడప్పుడూ వదిలివేయాలి.

రాబోయే ప్రపంచ ఏకత్వానికి చిన్న పిల్లలలో చిన్నప్పుడే బీజం వేయాలంటే ప్రతి తల్లీ - తండ్రీ కూడా ప్రకృతిపరమైన నిజమైన తల్లీ - తండ్రిగా మారిన రోజు ఈ భువి .. దివిగా మారిపోతుంది!

"స్వేచ్ఛ- యాదృచ్ఛికం"

అంతా "స్వేచ్ఛ" ప్రకారమే జరుగుతోంది;
అంతేకానీ, ఏదీ **"యాదృచ్ఛికం"** కాదు
"ఇచ్ఛ" అంటే "కోరిక" (ఎంపిక)
"యాదృచ్ఛికం" అంటే "ఛాన్స్" , "యధాలాపంగా జరిగింది"

"స్వ + ఇచ్ఛ" = "స్వేచ్ఛ"
"స్వంత ఇచ్ఛ" అన్నమాట

ప్రతీదీ స్వంత ఇచ్ఛతోనే జరుగుతోంది;
అంతేకానీ, ఇతరమైన దేనివల్లా కానేకాదు
"యాదృచ్ఛికం" అన్నది సృష్టిలో లేనే లేదు
"మీ వాస్తవాన్ని మీరే సృష్టించుకుంటున్నారు . .
ఎక్కడకు వెళ్ళినా, ఏ లోకంలో తిరిగినా" అన్నాడు 'సేత్'
"అంతా స్వేచ్ఛే" అనే పరమసత్యాన్ని గ్రాహ్యం చేసుకునే స్థితికి చేరుకోవాలి
అంటే మనం మన దివ్యచక్షువును మౌలికంగా ఉత్తేజితం చేసుకునే తీరాలి.

"త్రితత్వం"

"మిత్రులు" అంటే మిత్రత్వం కలిగిఉన్నవారు; "స్వాములు" అంటే స్వామిత్వంలో ఉన్నవారు; "దేవుళ్ళు" అంటే దైవత్వంలో ఉన్నావారు.
ఈ మూడు విషయాలు.. పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్‌కి " త్రిమూర్తులు".

మనం మన పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ అనే మహాదేవాలయం లో మూడు విగ్రహాలను త్రిమూర్తులుగా ప్రతిష్ఠించాము. అవే 'మిత్రత్వం' అనే విగ్రహం.. 'స్వామిత్వం' అనే విగ్రహం.. 'దైవత్వం' అనే విగ్రహం. కనుక ఈ మూడు తత్వాలూ మనకు ఆరాధ్యదైవాలు.

మనం మిత్రత్వాన్ని ఆరాధించే వాళ్ళం..మిత్రత్వాన్ని సాధన చేసేవాళ్ళం.. మిత్రత్వాన్ని నెరపేవాళ్ళం..మిత్రత్వాన్ని అభ్యాసం చేసేవాళ్ళం.. మిత్రత్వాన్ని అందరికీ చూపించేవాళ్ళం ..మిత్రత్వాన్ని అందరికీ బోధించేవాళ్ళం.. మరి మిత్రత్వాన్ని అందరికీ నేర్పించేవాళ్ళం.

మనం స్వామిత్వాన్ని ఆరాధించే వాళ్ళం. స్వామిత్వాన్ని ప్రబోధించే వాళ్ళం.. స్వామిత్వాన్ని విశ్లేషించే వాళ్ళం.. స్వామిత్వాన్ని వివరించేవాళ్ళం.. స్వామిత్వాన్ని ప్రచారం చేసేవాళ్ళం.. స్వామిత్వాన్ని ప్రసారం చేసేవాళ్ళం.. మరి స్వామిత్వాన్ని జీవించేవాళ్ళం.

అలాగే మనం మన దైవత్వాన్ని ఆరాధించేవాళ్ళం.. ప్రక్కవాళ్ళ దైవత్వాన్ని ఆరాధించేవాళ్ళం.. మన దైవత్వాన్ని మనం తెలుసుకునే వాళ్ళం.. ప్రక్కవాళ్ళ దైవత్వాన్ని తెలుసుకునే వాళ్ళం.. మన దైవత్వాన్ని ప్రభోధించే వాళ్ళం .. ప్రకటించే వాళ్ళం, ప్రచారం చేసేవాళ్ళం, ప్రసారం చేసేవాళ్ళం. మరి జీవించే వాళ్ళం.

అందుకే మనం .. "మై డియర్ ఫ్రెండ్స్..మై డియర్ మాస్టర్స్ అండ్ మై డియర్ గాడ్స్" అని మన ప్రవచనాన్ని ప్రారంభం చేస్తూ.. ప్రపంచమంతా ధ్యానం నేర్పిస్తాం. ప్రపంచమంతా ధ్యానవిద్య నేర్పిస్తాం. ప్రజలందరినీ "ధ్యానంలో కూర్చోండి" అంటాం.

"మిత్రులు" అంటే మిత్రత్వం మూర్తీభవించిన వారు. "స్వాములు" స్వామిత్వానికి ప్రతీకలు .. మరి "దేవుళ్ళు" అంటే దైవత్వంలో ఉన్నవారు.

పరలోకాలలో ఉన్నప్పుడు మనం మౌలికంగా ఈ మూడింటి యొక్క స్వరూపం. అయితే ఈ భూలోకానికి వచ్చినప్పుడు కొద్దిగా మర్చిపోయాం! తిరిగి మళ్ళీ మన "స్వరూపం"తో అంటే.. ఈ "త్రిమూర్తిత్వం" తో అనుసంధానం చెంది ఇహలోకంలో మళ్ళీ మిత్రులం కావాలి, స్వాములం కావాలి, మరి దేవుళ్ళం కావాలి. చిన్నతనంలో నేను అందరిలోని మిత్రత్వాన్నీ ఆరాధించేవాణ్ణి .. మరి వారితో మిత్రత్వాన్ని కోరుకునే వాడిని. అయితే అప్పట్లో నాకు ధ్యానం మరి ఆత్మజ్ఞానం లేదు కనుక 'స్వామిత్వం', 'దైవత్వం' అనేవి అర్థమయ్యేవి కాలేదు. అయితే ధ్యానంలోకి వచ్చిన తర్వాత నా స్వామిత్వం నాకు అర్థమయ్యింది .. అలాగే అందరి స్వామిత్వమూ అర్థమయ్యింది .. నా దైవత్వం నాకు అర్థమయ్యింది, అలాగే అందరి దైవత్వమూ

అర్థమయ్యింది; అప్పుడు నా మిత్రత్వం అన్నది చిలువలు పలువలుగా ఇంతింత్రై వటుడింత్రై అన్నట్లుగా పెరిగి ఈనాడు ఈ విధంగా విశ్వవ్యాప్తం .. అయింది.

పుట్టిన ప్రతి పిల్లవాడు కూడా మౌలికంగా ఒకానొక చక్కటి పువ్వు. మిత్రత్వంతో కూడుకున్న పువ్వు. కానీ అతనికి ధ్యానం, ఆత్మజ్ఞానం లేకపోవడం వల్ల మిత్రత్వం పోగొట్టుకోవడంతో పెద్దవాడయ్యాక వాడికి అందరూ శత్రువులే మిగులుతారు. ఇక జీవితాంతం భీరువులా బ్రతుకుతాడు .. స్వామిత్వం లేకుండా బ్రతుకుతాడు. "నా చేతుల్లో ఏమీ లేదు" అనుకుని దీనంగా బ్రతుకుతాడు. తన చేతుల్లోనే అంతా ఉండగా " నా చేతుల్లో ఏమీ లేదు " అనుకుంటున్నాడంటే వాడు " తన స్వామిత్వం తాను కోల్పోయాడు" అన్నమాట.

"నా వాస్తవాన్ని నేను సృష్టించుకుంటున్నాను .. అలాగే ఎవరి వాస్తవాన్ని వాళ్ళే సదా సృష్టించుకుంటున్నారు" అన్న కీలకమైన అవగాహన పేరే "స్వామిత్వం".

" ‘అన్యాయం, విషాదం అన్నవి ఉన్నాయి’ అని మీరు ఎంత ప్రగాఢంగా నమ్మితే వాస్తవానికి అంత అజ్ఞానం మీకు ఉందన్నమాట " అంటారు మహాజ్ఞాని రిఛార్డ్ బాక్!

" ఇంత అన్యాయం జరుగుతోంది, ఇంత హీనస్థితిలో ఉన్నాం " అని మనం ఎంతగా అనుకుంటున్నామో అంతగా మనకు ఆత్మజ్ఞానం లుప్తమై ఉన్నదన్నమాట!

" మన జీవిత నాటకానికి మనమే రచయితలం. మన జన్మకు మనమే కారకులం .. మరి మన సృష్టికీ, మన స్థితికీ, మన లయకూ మనమే కారుకులం! ప్రతి జన్మ ఒకానొక సృష్టి, ప్రతి జన్మ ఒకానొక స్థితి, ప్రతి మరణం ఒకానొక లయం. పుట్టటం సృష్టి, పెరగటం స్థితి, చనిపోవటం లయం కనుక ఆ సృష్ఠి లయ కారకులం మనమే " అన్న "స్వామిత్వం" తెలుసుకున్నప్పుడు.. మనకు ఆ జ్ఞానం వచ్చినప్పుడు .. మనకు ఎంత ముక్తివస్తుందో చెప్పనలవి కాదు.

" ఎవరి కర్మలకు వారే బాధ్యులు ", " ఎవరి కర్మలకు వాళ్ళే సృష్టికర్తలు " అన్నదే "స్వామిత్వం" యొక్క మౌలిక అవగాహన.

ఇకపోతే " నువ్వు అసలు శరీరమే కాదు; ఆత్మ పదార్థానివి; నువ్వు శాశ్వతమైన అనంతమైన ఆత్మవు. నేను కూడా అదే. నేనొక దైవాన్ని. నువ్వొక దైవానివి" అన్నదే "దైవత్వం" యొక్క మౌలికమైన అవగాహన. ఈ మౌలికమైన అవగాహనలను మనం ఆరాధిస్తున్న వాళ్ళం కాబట్టే పిరమిడ్ మాస్టర్లం అందరం సదా "త్రిమూర్తితత్త్వం" లో ఉంటాం.

"మిత్రత్వం", "స్వామిత్వం" మరి దైవత్వం".. గురించి మనం మన ధ్యానాభ్యాసంలో మాత్రమే తెలుసుకుంటాం. ధ్యానం మనం ఎంతగా చేస్తామో అంతగా మనలో మిత్రత్వ తత్వం విజృంభణ చెంది, అంతగా మనలో మన స్వామిత్వం ప్రకటితమై, అంతగా మనలోని దైవత్వం మన అవగాహనకు వస్తుంది. ధ్యానం అన్నది మహా మౌలికం.

ధ్యానం చేస్తే తత్ఫలితాలు. ధ్యానం చేయకపోతే తత్ఫలితాలు. భోజనం చేస్తే ఓ విధమైన ఫలితం .. భోజనం చేయకపోతే మరో విధమైన ఫలిత. మిత్రత్వం చేస్తే ఓ విధమైన ఫలితం .. చేయకపోతే మరో విధమైనఫలితం. కనుక ఇది అంతా కారణ- కార్య సంబంధంతో జరుగుతూ వుంటుంది.

ధ్యానమూలం ఇదం మిత్రత్వం! ధ్యానమూలం ఇదం స్వామిత్వం! ధ్యానమూలం ఇదం దైవత్వం!

త్రిమూర్తులైన బ్రహ్మ విష్ణు మహేశ్వరులకు ఆదిశక్తి తల్లి అయినట్లే ఈ మూడింటికీ కూడా తల్లి.. "ధ్యానం". ధ్యానం అనేది "ఆదిశక్తి" మనం పురణాలు విన్నాం.. కానీ వాటిని సరిగ్గా అర్థం చేసుకోలేదు అనిపిస్తుంది. అయితే ధ్యానం చేసాక అర్థం చేసుకున్నామనిపిస్తుంది.

ఇదంతా సాధనాశాస్త్రం. కేవలం "సిద్ధాంతశాస్త్రం" కాదు. "మిత్రత్వం" అనేది థియరీ కాదు.. ప్రాక్టికల్ కోర్సు. ప్రాణికోటితో మిత్రత్వం నెరపాలి. "స్వామిత్వం" అనేది మనలో మనం నిరూపించుకోవాలి. కనుక "ధ్యానం" అనేది ప్రాక్టికల్ కోర్సు. సిద్ధాంత అవగాహన బీజమాత్రం; అయితే.. అభ్యాసం అనేది ప్రబంధమాత్రంగా వుండాలి.

"నువ్వు సరిగ్గా పాడటం లేదోయ్.. శ్రుతిలో లేదోయ్" అంటూ శ్రుతిలో ఉందో లేదో ఒక్క నిమిషంలో చెప్పేస్తాం త్రిమూర్తితత్వం మూర్తీభవించితేనే జీవితం 'శ్రుతి' లో, 'లయ' లో ఉంటుంది.

2,500 సంవత్సరాల క్రిందట గౌతమబుద్ధుడు "నేను మళ్ళీ వస్తాను.. మైత్రేయ బుద్ధుడిలా" అని సమస్త మానవాళికి మాట ఇచ్చాడు. "మైత్రి" అన్న పదానికి ఎంత ప్రాముఖ్యత, ప్రాధాన్యత ఇచ్చాడో దీన్నీ బట్టి తెలుసుకోవచ్చు. మనం అంతా భూమండలంలో ఉన్నాం కనుక భూమండలంలో వున్న ప్రాణికోటి అంతా కూడా పరస్పర మిత్రులే!

భూమండలంలో ఎన్ని ఛాలెంజ్‌లు ఉంటాయో ఎన్ని సమస్యలు వుంటాయో శరీరధారణ చేసినప్పటి నుంచి ఏమవుతుందో, ఎలా ఉంటుందో.. అంతా తెలిసివచ్చినవాళ్ళే అందరూ! ఏమీ తెలియకుండా వచ్చినవాళ్ళు ఎవ్వరూ లేరు! అందరూ ఇష్టంతోనే పుట్టారు, పుడుతూనే ఉంటారు. ఏ పనిచేసినా ఎవ్వరు ఎక్కడ ఇష్టాస్వేచ్ఛతో ఉంటారు కనుక దీనిపేరు "స్వామిత్వం".

"స్వామి" అంటే గెడ్డం పెట్టుకునేవాళ్ళు కాదు. ప్రతిఒక్కడూ స్వామియే, ప్రతి ప్రాణీ స్వామియే. "స్వామి" కాకుండా ఏ ప్రాణీ ఎక్కడా, సృష్టిలోనూ లేదు.
ఒకడు మౌనంగా ఉందామనుకుంటాడు. ఇంకొకరికి ఊరికే మాట్లాడటం ఇష్టం. తెలిసినా, తెలియకపోయినా వాడు మాట్లాడుతూనే ఉంటాడు. ప్రక్కవాళ్ళు విన్నా వినకపోయినా, వాడిమాటలే వాడికి ఎంతో ఆనందాన్నిస్తూంటుంది! మనం ఒక విషాద భరితమైన సినిమా చూడటానికి వెళ్తాము.. అలాంటి సినిమాలో హీరోయిన్ ఎప్పుడూ ఏడుస్తూనే ఉంటుంది.

అలాంటి సినిమా చూడటానికి అందరూ ఏడుపు చూడటానికి వెళ్తారు! అది వాళ్ళకు ఇష్టం! హీరోయిన్ కష్టాలు పడుతూంటే చూసి ఏడుస్తూంటారు. మరునాడు వెళ్ళి మళ్ళీ ఏడుస్తారు. "ఏదవటానికి ఎందుకువెళ్ళాలి సినిమాకి?" అంటే ..అది మనకు బాగుంది కనుక డబ్బులు పెట్టి మరీ ఏడవటానికి వెళ్తాం సినిమాకి లేకపోతే ఎన్నో T.V. సీరియల్స్‌లో అత్తా కోడలు .. కొట్టుకుంటూ ఉంటారు. ఎంత ఇష్టమో మనకు చూడటానికి!

వీటిద్వారా అంతర్లీనంగా ఉన్న జీవితం యొక్క నాటకీయతత్వాన్ని తెలుసుకుంటూ, ఇక్కడ ఉంటూనే, నిర్వాణస్థితిని పొందాలి. ఈ లోకంలో రాజకీయంగా తాత్కాలిక శత్రుత్వం వుంది. అది కూడా మనం ఏరికోరి తెచ్చుకున్నదే పై లోకాలనుంచి! ఎందుకంటే కొద్దికాలం కోసం జరిగే ఆ ఘర్షణలు మరి రాపిడి .. ఒకానొక ఆత్మ వికాసానికి దోహదకారి అవుతుంది.

"మన ఇహలోక ధ్యేయం ఎలా ఉండాలి?" అంటే పై లోకాలలో ఎలా మిత్రత్వం ఉందో, క్రింది లోకంలో కూడా అలాగే ఉండాలి! ఆ మిత్రత్వాన్ని దించాలి ఇక్కడికి .. అదే ఆత్మజ్ఞానం, అదే ధ్యానం, అదే సహృదయత్వం.

"మిత్రత్వం" అనేది ఈ రోజు ఈ ప్రపంచంలో మృగ్యమైపోయింది, లుప్తమై పోయింది, అదృశ్యమై పోయింది. దాంతో అందరూ ఏడుస్తున్నారు. తాము ఏడుస్తూ అందరినీ ఏడ్పిస్తున్నారు.

గౌతమబుద్ధుడు "అన్ని చోట్లా దుఃఖం వుంది" అన్న ఆర్యసత్యాన్ని కనుగొన్నప్పుడు "అది మిత్రత్వం ఎక్కడా లేకపోవడం వల్ల వచ్చింది" అని కూడా తెలుసుకున్నాడు. రాజు ప్రజలకు మిత్రుడు కాదు .. ప్రజలు రాజుకి మిత్రులు కారు .. మగ వాళ్ళు ఆడవాళ్ళకు మిత్రులు కారు.. ఆడవాళ్ళకు మగవాళ్ళు మిత్రులు కారు. అంతా శత్రుత్వంగా ఉంది .. దానివల్ల దుఃఖం వచ్చింది. అంతా ఆరాచకం, టెర్రరిజం, కౌరవులు పాండవుల పట్ల టెర్రరిజం. రావణాసురుడు సీత పట్ల .. టెర్రరిజం, మానవులు జంతువులు పట్ల చూపించే టెర్రరిజం! ఈ మిత్రత్వం అనేది లుప్తమై పోవడానికి కారణం మన దైవత్వాన్నీ మన అనంత ఆత్మతత్వాన్నీ, మనం మరిచిపోవడమే.

తర్వాత మన స్వామిత్వాన్ని కూడా మరిచిపోయి "నా జీవితం నా చేతుల్లో లేదేమో.. పైవాడి చేతిలో ఉందేమో" అనుకుంటూ నిర్వీర్యస్థితిలో ఉన్నాము. మన దైవత్వాన్ని మరిచాం. దాంతో మన స్వామిత్వం పల్టీలు కొట్టింది. ఇప్పుడు మళ్ళీ "మై డియర్ ఫ్రెండ్స్.. మై డియర్ మాస్టర్స్.. అండ్ మై డియర్ గాడ్స్" అనే ఈ మూడు సంబోధనల ద్వారా, ధ్యానకేంద్రాల కృషి ద్వారా.. మన ధ్యానప్రచారం ద్వారా, మన సకల కార్యక్రమాల ద్వారా.. మనం భూమి మీద త్రిమూర్తితత్వాన్ని తిరిగి స్థాపించాలని ప్రయత్నం చేస్తున్నాం.

డియర్ ఫ్రెండ్స్! డియర్ మాస్టర్స్! డియర్ గాడ్స్! ధ్యానం ద్వారా మనం మిత్రత్వాన్ని తిరిగి రాబట్టు కుంటాము. మన స్వామిత్వాన్ని తిరిగి కలిగించు కుంటాము.. మన దైవత్వం తిరిగి కలిగించుకుంటాం.

కొంతమంది అడుగుతూంటారు. "మేం ఎందుకు రావాలండీ ధ్యానంలోకి? మాకేం అవసరం ఉందండీ? దానివల్ల లాభాలు ఏమిటండీ? అది లేకపోతే మాకు వచ్చిన నష్టం ఏమిటండీ? మేమంతా.. బాగున్నాం కదా! అంటారు.

భవిష్యత్తులో రోగాలు రాకుండా ఉండటం కోసం 'టీకాలు' వేసుకున్నారు కదా! అలాగే సుఖంలో ఉన్నప్పుడే భవిష్యత్తులో దుఃఖం రాకుండా ఉండేందుకు వర్తమానంలో ధ్యానసాధన మొదలుపెట్టాలి. అప్పుడే భవిష్యత్తులో మన సుఖం చెక్కుచెదరకుండా ఉంటుంది.

అన్నమాచార్యుల వారు "నానాటి బ్రతుకు నాటకం" అంటూ "బాల్యం, యవ్వనం, వృద్ధాప్యం, చావు అన్న నాలుగు రోజుల బ్రతుకే నాటకం" అన్నారు.

నేను ఒకప్పుడు పిల్లవాడిని.. అప్పుడు ఆ నాటకాలు వేసాను. గోలీలు ఆడాను. ఇప్పుడు ఈ నాటకం వేస్తున్నాను.. ధ్యాన ప్రవచనాలు చేస్తూ! రేపు మూలపడుకుంటాను.. పోవలసిన సమయం వస్తుంది .. పోతాను. పై లోకాల్లోకి వెళితే అక్కడ "భలే నాటకం వేశావోయ్! బాగా చేసావు! మమ్మల్ని రంజింపచేసావు! నీ స్వామిత్వాన్ని నువ్వు పరిరక్షించుకున్నావు! నీ దైవత్వాన్ని నువ్వు చక్కగా ప్రకటించుకున్నావు! నీ మిత్రత్వాన్ని నువ్వు మా భేషుగ్గా పండించావ్" అని నాకు ఖచ్చితంగా కితాబులిస్తారు.

లేకపోతే "ఏమిటయ్యా అలా దరిద్రంగా యాక్టింగ్ చేశావు? అంతా మర్చిపోయావేమిటి? నీ గురించి నువ్వు ఎందుకు ధ్యానం చేయలేదు? నువ్వు రోజూ ఇంటి నుంచి ఆఫీస్‌కు పోయే దారిలో 'పిరమిడ్ ధ్యానకేంద్రం' ఉండింది కదా. దానిలోపలికి నువ్వెందుకు పోలేదు? నీకు పాంప్లెట్‌లు కూడా ఇచ్చాను. ఎందుకు ధ్యానం చేయలేదు? ఛ ఛ.. ఏమిటయ్యా జన్మంతా వ్యర్థం చేసేసావు" అంటూ ప్రశ్నలవర్షం కురిపిస్తారు.

"ఏమిటో..అయిపోయింది సార్! ఇంకొక ఛాన్స్ ఇప్పిస్తారా! ఇంకో జన్మ తీసుకుంటాను" అంటే ..ఎవరిస్తారు ఛాన్సు మనకు?

కనుక డియర్ ఫ్రెండ్స్! డియర్ మాస్టర్స్! డియర్ గాడ్స్! "ప్రియమిత్రులారా" అన్నప్పుడు మిత్రత్వయోగం, "ప్రియ మాస్టార్లారా" అన్నప్పుడు జ్ఞానయోగం, "ప్రియ దేవుళ్ళారా" అన్నప్పుడు ధ్యానయోగం! ధ్యానంలోనే "నేను శరీరం కాదు ఆత్మ. నేను ఏదో కేవలం మానవమాత్రుడను కాను, నేను విరాట్ స్వరూపుడును" అని తెలుసుకుంటాం.
సరదాగ ప్రకృతిలో విహార యాత్రల కోసం.. రామేశ్వరం, "మానసరోవరం", "కైలాసపర్వతం", హిమాలయాలు" వెళ్ళవచ్చు కానీ దైవత్వం తెలుసుకోవాలంటే మాత్రం ఇంట్లోనే కూర్చుని ధ్యానం చేయాలి: ఆ ధ్యానం నుంచి తిరిగి మనం మన దైవత్వాన్ని గుర్తు తెచ్చుకోవాలి .. స్వామిత్వాన్ని తిరిగి పొందాలి .. ఆ యొక్క లోకకళ్యాణకరమైన మిత్రత్వాన్ని తిరిగి కలిగించుకోవాలి

త్రిరత్నాలు

సత్యం అన్నది మూడు రత్నాలుగా భాసిస్తోంది.
ఇవే పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ వారి త్రి రత్నాలు.
(1) ధ్యానం (2) స్వాధ్యాయం (3) సజ్జన సాంగత్యం

ఈ మూడు రత్నాలే ఆత్మను శోభాయమానంగా అలంకరింప జేసేవి.

ఈ మూడు రత్నాలే మానవుడిని శాశ్వతంగా అలంకరింప జేసేవి.
ధ్యానం అంటే శ్వాస మీద ధ్యాస ... ఫలం - ఆత్మానుభవం.
స్వాధ్యాయం అంటే మహామహుల జీవిత చరిత్రల్లోకి వెళ్ళటం ...
... ఫలం - విశేషమైన జ్ఞానలాభం. సజ్జన సాంగత్యం అంటే యోగుల అనుభవాలను వారి ముఖతః వినడం ...
... ఫలం - అపారమైన మిత్రలాభం.

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ మాస్టర్ల యొక్క భూషణాలే ఈ త్రి రత్నాలు.
ప్రపంచంలో జనులందరూ ఇదే విధంగా త్రిరత్న శోభితులవ్వాలి.
శుద్ధమైన ఆత్మానుభవంతో, అపారమైన ఆత్మవిజ్ఞానంతో, మరి మిత్రకోటి లాభంతో
సర్వజనులూ మహా ఆనందంగా జీవించాలి.

ధ్యానం శరణం గచ్ఛామి.
స్వాధ్యాయం శరణం గచ్ఛామి.
సజ్జనసంగం శరణం గచ్ఛామి...

.

" త్రిపుర సుందరి "

" త్రిపుర సుందరి " అంటే " దేవతా మూర్తి " కాదు .. " ఆత్మ పదార్థం "

త్రి = మూడు
పుర = పురాలలో ఉన్న
సుందరి = సుందరమైనది

మూలచైతన్యమే సుందరమైనది - ఇదే అసలు " సుందరి " అయితే
ఈ మూల చైతన్యం ప్రకృతి తత్త్వాలలో తాదాత్మ్యం చెందుతూ
క్రమక్రమంగా మూడు తొడుగులను సంతరించుకుంటుంది
1. కారణశరీరం 2. సూక్ష్మశరీరం 3. స్థూలశరీరం
ఈ మూడు శరీరాలే " మూడు తొడుగులు " .. " మూడు పురాలు "
ఆత్మపదార్థం అన్నదే ఈ పాంచ భౌతిక లోకానికి వచ్చేసరికి
" త్రిపురసుందరి " లా వెలుగుతోంది

" త్రిపురసుందరి " ని " బాల " అని కూడా అభివర్ణిస్తారు
" బాల " అంటే నిత్య నూతనమైనది ..
నిత్య యవ్వనమైనది .. నిత్య శోభాయమానమైనది
ఈ లక్షణాలు అన్నీ ఆత్మతత్త్వం యొక్క గుణగణాలను సూచిస్తాయి

అందుకే, శ్రీ త్యాగరాజు ఇలా గానం చేశారు
" దారిని తెలుసుకొంటి - త్రిపుర సుందరిని తెలుసుకొంటి " అని

* **ఆత్మతత్త్వాన్ని తెలుసుకోవడానికి ఉన్నది ఒకే దారి**
అదే " ఆనాపానసతి ధ్యానం "

" త్రయీధర్మం"

"మనిషై పుట్టిన ప్రతి ఒక్కరూ మూడు ధర్మాలను తప్పక పాటించాలి!

"మొదటి దేహధర్మం": మన దేహం పట్ల మన ధర్మాన్ని చక్కగా పాటించడం. ఈ భూమి మీద అనేకానేక అనుభవాల ద్వారా అనంతమైన జ్ఞానాన్ని పొందడానికి జన్మతీసుకున్న ఆత్మస్వరూపులమైన మనందరికీ దేహం ఒక 'వాహనం'!

"ఈ వాహనాన్ని మనం ధర్మబద్ధంగా చూసుకుంటేనే అది మనకు చక్కగా సహకరిస్తుంది. వాహనం బాగుంటేనే మనం ఎక్కడికైనా ప్రయాణం చెయ్యగలం.. మరి మనం వచ్చిన పనిని చక్కబెట్టుకోగలం! కనుక శుద్ధ శాకాహారంతో దానికి పోషణను అందిస్తూ, ధ్యానంతో దానిని శక్తివంతం చేయాలి.
"మన శరీరంలో కోటానుకోట్ల కణాలు వున్నాయి. వాటన్నింటికీ మన గురించి బాగా తెలుసు కానీ.. మనకే వాటి గురించి ఏ మాత్రం తెలియదు. అందుకే సరికాని మాంసాహారంతో వాటిని బాధిస్తూ వాటిని వేదనకు గురిచేస్తున్నాం. పెట్రోలు కారులో డీజిల్‌పోసి నడిపి దాని ఇంజన్ పనితీరును దెబ్బతీసినట్లు.. మాంసాహారంతో మన దేహం యొక్క పనితీరు దెబ్బతీస్తూ మనం కూడా రోగాల పాలు అవుతున్నాం!

"ఈ కోటానుకోట్ల కణాల్లో ప్రతి ఒక్క కణం కూడా ఎంతో జ్ఞానవంతమైంది! మన కణజాలం అంతా కూడా ప్రతిక్షణం ఒకదానిని ఒకటి సమన్వయ పరచుకుంటూ క్రమక్రమంగా ఆత్మపరిణామ దిశగా సాగుతూంటుంది. కనుక వాటితో మనం సరియైన విధంగా ప్రవర్తించాలి అంటే.. మనకు నిరంతర ధ్యానసాధన మరి అహింసా ధర్మాచరణయే మార్గం."రెండవది సమాజధర్మం":

సమాజంలో మనం కూడా భాగస్వాములం కనుక 'అందరూ సుఖంగా సంతోషంగా వుంటేనే మనం కూడా సంతోషంగా ఉంటాం' అన్నది తెలుసుకోవాలి. అందుకు గాను మన దగ్గర ఉన్న ఆర్థిక ఆధ్యాత్మిక సంపదను అందరితో పంచుకోవాలి. అన్నదానం, వస్త్రదానం, విద్యాదానం వంటి అనేకానేక దానాలతో పాటు ధ్యానదానం కూడా చేయాలి. ధ్యానప్రచారం ద్వారా ధ్యానదానం చేయకపోతే.. మిగతా అన్నిదానాలు కూడా వ్యర్థమైపోతాయి.

"మూడవది ఆత్మధర్మం" : మనం ఏ పని కోసం ఈ భూమ్మీద జన్మతీసుకున్నామో.. ప్రతి క్షణం ఆ పని మీదే ధ్యాస ఉంచుకుంటూ .. మన దైనందిన కార్యక్రమాలను నిర్వహించు కోవాలి. వచ్చిన పనిని పూర్తిచేసుకోకపోతే.. ఇక్కడ గడిపిన మన జన్మకాలం మరి మనం సంపాదించిన సంపదలన్నీ కూడా ఎందుకూ కొరగావు"

.'ధ్యానం -అహింస ..మనకు రెండు రెక్కలు"

"రెండు రెక్కలు ఉన్నంతవరకే పక్షి చక్కగా ఆకాశంలో ఎగురుతూ అద్భుతమైన జీవితాన్ని గడుపగలుగుతుంది. అందులో ఏ ఒక్క రెక్క లేకపోయినా పాపం దానిది వికలాంగ జీవితంలా మారి.. తన జీవితపైన 'ఆకాశంలో ఎగరడం' అన్న పనిని అది చేయలేదు. అలాగే ఆత్మ స్వరూపులమైన మనకు 'ధ్యానం'- 'శాకాహారం' అన్నవి రెండు రెక్కల్లాంటివి. ఇందులో ఏ ఒక్కటి మనకు లేకపోయినా రెక్కలు కోల్పోయిన పక్షిలాగే మనం కూడా కుంటి బ్రతుకు బ్రతుకుతూ జీవితాన్ని ఈడ్చాల్సి వస్తుంది!
"కనుక ధ్యానం ద్వారా మన మనస్సును అరికట్టి సాటి జంతువుల పట్ల దయను చూపిస్తూ.. వాటితో మిత్రత్వం నెరుపుతూ.. సృష్టి సిద్ధాంతాలను గౌరవిస్తూ ఆనందంగా జీవించాలి! అంతేకానీ వాటిని చంపి శాకాహారంతో పోషించాల్సిన దేవాలయంలాంటి మన దేహాలను మాంసాహారంతో అపవిత్రం చేయవద్దు!
"ఒకవేళ శాకాహారం బొత్తిగా దొరకని ప్రదేశాల్లో వుండాల్సిన అవసరం వస్తే.. అది ఎంత గొప్ప ప్రదేశం అయినా సరే ఆ ప్రదేశాన్ని మనం నిర్ద్వంద్వంగా వదిలివేయాలి. అలాంటి దుర్భరప్రదేశాలు డాలర్ల ను కురిపిస్తూ మనల్ని మాయకు గురిచేసినా.. ఆత్మపరిణామక్రమంలో మాత్రం అవి మనకు గొప్ప ప్రతిబంధకాలు మరి మనకు అవి ఎంతమాత్రం అనువైన ప్రదేశాలు కావు!" అంటూ క్షీర-నీర న్యాయాన్ని పాటించే హంసల్లా మార్చాల్సిన అత్యవసరాన్ని తెలియజేసారు పత్రీజీ!

"ధ్యానశక్తి తరంగాలను విశ్వవ్యాప్తం చెయ్యాలి"

"చెడ్డవాళ్ళు చెడ్డపనులు చేస్తున్నారు. ఇతరులను దూషిస్తూ హింసిస్తూ, చంపుతూ ఆనందంగా వాళ్ళ పనులు వాళ్ళు చేసేస్తున్నారు.

"మరి మంచి వాళ్ళేం చేస్తున్నారు? వారు ఇతరులను చంపలేరు, హింసించలేరు మరి దూషించలేరు! దేవాలయాలకు వెళ్ళి వాళ్ళు పూజలు చేస్తారు కానీ.. అక్కడ ఇంకా ఏం చేయాలో వాళ్ళకు తోచదు. చర్చిలకు, మసీదులకు వెళ్ళి ప్రార్థనలు చేస్తారు కానీ.. ఇంకా ఏం చెయ్యాలో వాళ్ళకు తెలియదు. ఇది సరిఅయిన పద్ధతి కాదు!

"చెడ్డవాళ్ళ చెడ్డ పనులవల్ల.. జరగాల్సిన అనర్థాలు జరుగుతోంటే.. మంచి వాళ్ళ నిష్క్రియాపర్వతం వల్ల రావాల్సిన మంచి మార్పు రావడం లేదు. కాబట్టి మంచి వాళ్ళంతా కూడా ధ్యానం చేసి సాధ్యమైనంత ఎక్కువ తమదైన ఆత్మశక్తిని సృష్టిస్తే.. ఆ శక్తి తరంగాలు ఈ భూమి మీద వ్యాపించి.. చెడ్డవాళ్ళలో మంచి మార్పును కలుగజేస్తాయి. గౌతమబుద్ధుని ధ్యానశక్తి తరంగాలు పరమ కిరాతకుడైన అంగుళీమాలుడిని పరివర్తించినట్లు.. భూమిపై వున్న అనేకానేక బుద్ధుళ్ళ ధ్యానశక్తితరంగాలు సమాజంలోని చెడునంతటినీ ప్రక్షాళనం చేస్తాయి! కనుక విస్తృత ధ్యాన జ్ఞానప్రచారాల ద్వారా కోట్లాది మంది బుద్ధుళ్ళను తట్టి లేపుతూ ధ్యానశక్తి తరంగాలను విశ్వవ్యాప్తం చెయ్యాలి."

"40 రోజుల ధ్యానం తప్పనిసరి"

"ఒక రాయిని సుత్తితో గట్టిగా కొడుతూ ఉంటే పది పదేహేను దెబ్బలవరకు ఏమీ జరిగినట్లు కనపడదు. ఆ తరువాత కేవలం ఒక చిన్ని దెబ్బకే అది రెండుగా పగులుతుంది. అది ఆ చివరి దెబ్బ గొప్పతనం కాదు.. అంతవరకు శ్రమించి కొట్టిన పధ్నాలుగు దెబ్బల ఫలితమే అది!
"అలాగే ధ్యానం కూడా 40 రోజులు ఖచ్చితంగా చెయ్యాలి! ముందు కొన్ని రోజులు పాటు బయటికి ఏమీ కనపడకపోయినా ఒక్కొక్క దెబ్బకు రాయి లోపల ఉన్న కణ సంఘటితంలో మార్పు వచ్చినట్లే.. ఒక్కొక్క రోజు ధ్యానం వల్ల మన అంతరం లోపలి జన్మజన్మల చెడు కర్మ ఫలితాలు కూడా మననుంచి విడిపోతూ ఉంటాయి. తపనతో కూడిన శ్రద్ధతో ధ్యానసాధన చేస్తూ వుంటే.. 40 రోజుల లోపలే.. ఏదో ఒక క్షణంలో రాయి రెండుగా విడిపోయినట్లు.. మనం నరుడి నుంచి నారాయణుడిగా విడిపోతాం!
"రాయిలా ఉన్న మనం .. పగలక నరుడైన అర్జునుడిలా పదే దుఃఖానికి గురువుతూ ఉంటే ధ్యానంద్వారా పగిలి రెండుగా విడిపోయాక.. నారాయణుడైన కృష్ణుడిలా ఆత్మజ్ఞానంతో విలసిల్లుతూ ప్రతిక్షణం ఆనందంగా గడుపుతూంటాం!

అంతకు ముందు అనేకనేక జన్మల సందేహాలతో నిండి ఉన్న మనకు 40రోజుల ధ్యాన సాధన తరువాత ప్రతి ఒక్క సందేహానికి మన అంతరంగం నుంచే సమాధానం వస్తుంది.

"రాబోయే సత్యయుగంలో జబ్బులు మరి వైద్యాలయాలు ఏవీ ఉండవు. కేవలం ధ్యానం మరి పిరమిడ్ శక్తి మాత్రమే వుంటుంది 'నేను కేవలం శరీరాన్నే' అనుకున్నంత కాలం మనం దుఃఖంలో పడిపోతూనే ఉంటాం! కర్మ సిద్ధాంతాన్ని అవగాహన చేసుకున్న తరువాత మోక్షస్థితిలో ఉంటాం.. మరి మోక్షస్థితిలో మనకు ఏ కర్మ సిద్ధాంతం కూడా వర్తించదు. కాబట్టి ఆత్మ స్వరూపులమైన మనం ఆత్మలోకపు నిబంధనలను ఖచ్చితంగా పాటిస్తూ ఉంటే ప్రతిక్షణం మోక్షస్థితిలో సంపూర్ణ ఆనందతో ఉంటాం!

"ది గ్రేట్ లా ఆఫ్ కర్మ"

' లా ' అంటే ' సిద్ధాంతం ' ... మూలసృష్టి రహస్యానికి సంబందించిన సిద్ధాంతం. మూల సృష్టిలోని కార్యకలాపాలకు సంబంధించిన ధర్మ విశేషం. ' గ్రేట్ ' అంటే ' గొప్ప '.
" సృష్టిశాస్త్రం" అన్నది కొన్ని అద్భుత ధర్మసూత్రాల అవగాహన మీద ఆధారపడి వుంది. ఎంచేతంటే సృష్టి అన్నది మౌలికంగా ఆయా ధర్మసూత్రాలకు ఆధారంగా రచించబడి వున్నది కనుక. అన్నింటికన్నా గొప్ప సృష్టి రహస్యం "యద్భావం తద్భవతి" అన్న సూత్రం. దీనినే ఇంగ్లీషులో "ది గ్రేట్ లా ఆఫ్ కర్మ " అని అన్నారు.
కర్మసిద్ధాంతం " కారణ కార్య సంబంధాన్ని " బట్టబయలు చేస్తుంది. కారణం లేకుండా ఏ కార్యమూ వుండదు. కారణం 'భావం' ; కార్యం 'భవం'. కారణం కార్యంగా మారడానికి అవసరమైన ధాతువులే దేశకాల పరిస్థితులు + పురుష ప్రయత్నం + ధ్యేయం.

దేశకాల పరిస్థితులే "జగత్తు" ; జగత్తు అన్నది మూల చైతన్య కారణం యొక్క, "ప్రథమ ఇచ్ఛ" యొక్క, తక్షణ రూపాంతరం.విస్తృత సృష్టి రచనలో ఏ విశేషాలు వున్నాయో," మానవ సృష్టి " లో కూడా అవే విశేషాలు వున్నాయి. మానవ కార్యకలాపాలలో ఏ విశేషాలు వున్నాయో బ్రహ్మాండమైన సృష్టి విశేషాలలో కూడా అవే వున్నాయి. ఇదే మరొక " గ్రేట్ లా ". అంటే - " ఇక్కడ ఎలా వుందో అక్కడ అలానే వుంది" - అన్న సిద్ధాంతం. 'ఇక్కడ' వున్నదానిని విశేషాలను గమనిస్తే 'అక్కడ' వున్న విశేషాలను గమనించకనే గమనించవచ్చు.

మానవ జీవితం మానవ మనోసృష్టి. దేశ కాల పరిస్థితులు జగత్ సృష్టి. అంటే 'విరాట్' పురుషుని సృష్టి. విరాట్ పురుషుని అంశే మానవుడు. మానవుని శక్తి కూడా అనంతం, అనల్పం. జగత్ సృష్టి మానవ సృష్టికోసం నిర్దేశించబడి వుంది. మానవ సృష్టియొక్క రంగస్థలమే జగత్సృష్టి. మానవుని సృష్టి స్వంత మస్తిష్కంలోంచి ఏ క్షణానికి ఆ క్షణం ఉబుకుతుంది. బట్టబయలు అవుతుంది. ఏది భావిస్తే, దేనికి ప్రయత్నిస్తే, అది 'భవం' అవుతుంది; అనుభవానికి వస్తుంది. ప్రతి అనుభవం క్రొత్త భావానికి సహజంగానే దారి చూపిస్తుంది. ప్రతిక్రొత్త భావానికీ 'యత్నం' ను జోడిస్తే, 'ఎన్నిక' ను జోడిస్తే తత్ సంబంధమైన అనుభవాన్ని మళ్ళీ ప్రసాదిస్తుంది. ఇదే **"ది గ్రేట్ లా ఆఫ్ కర్మ".**

ఈ విశేషాన్నీ, ఈ సూత్రాన్నీ అర్థం చేసుకున్న వారు ముక్తపురుషులు, బంధరహితులు. ఆనందసాగరంలో మునిగివున్నవారు. తమ ' తలా తోకా ' తెలిసినవారు. తమ ' తలే ' తమ ' తోక ' అనీ తెలిసినవారు. తమ ' భావమే ' తమ ' భవం ' అని తెలిసినవారు.

ఈ కర్మ విశేషమూ, కర్మ సూత్రమూ, తెలియనివారు - ముక్తిరహితులు, బంధజీవులు, దుఃఖసాగరంలో మునిగి వున్నారు.

"తీర్థయాత్ర - తరించటం"

"జనులు దేనివల్ల తరిస్తారో" అదే "తీర్థం"
స్వంతాన్ని తరింపచేసుకునే ప్రయత్నాలే "తీర్థయాత్రలు" అన్నమాట.
"జనాః యై స్తరంతి తాని తీర్థాని" అన్నది మూలసూత్రం
"తరించటం" అంటే ? ? " 'తీరం' దాటడం " ఏ తీరం ? ?
"తాపత్రయం" అనే తీరం నుంచి"తాపత్రయ రహితం" అనే తీరాన్ని చేరుకోవడమే "తరించడం"
ధమ్మపదంలో బుద్ధుడు ఇలా చెప్పాడు:
"అప్పకా తే మనుస్సేసు యే జనా పారగామినో"
అథాయం ఇతరా పజా, తీరమేవాను ధావతి"

"ఆవలి తీరం చేరేవారు మనుష్యులలో కొందరు మాత్రమే:
ఇతరులు తీరం వెంబడే పరుగెత్తుతున్నారు" అని
"సత్సంగం" . . అంటే "ధ్యానం" . . అది మాత్రమే ప్రత్యక్షంగా "తీర్థయాత్ర"
సజ్జన సాంగత్యం, సద్గ్రంథ పఠనం -
ఇవి రెండే పరోక్షంగా "తీర్థయాత్రలు" అనిపించుకుంటాయి.

"తీర్థంకర గోత్ర బంధం"

"తీర్థంకరుడు" అంటే "తీర్థం గ్రోలినవాడు"
"తీర్థంకరుడు" అంటే "ధ్యానతీర్థం గ్రోలినవాడు"
"తీర్థంకరుడు" అయినవాడు "ఆధ్యాత్మిక అధ్యాపకుడు" అవుతాడు
"గోత్రం" అంటే "కోవ" అన్నమాట
కనుక, "తీర్థంకర గోత్ర బంధం" అంటే,
"ఆధ్యాత్మిక ఆధ్యాపకులకు సంబందించిన బంధం" అన్నమాట
ఆధ్యాత్మికం అంతా నేర్చుకున్న తరువాత, చివరిగా, ఇతరులకు, దానినే, నేర్పించడానికి మళ్ళీ పుడతాం అంటే, మనం స్వయంగా ముక్తపురుషులమైనా, ముక్తి గురించి ఇతరులకు నేర్పించవలసిన ధర్మం, కర్తవ్యం అన్నవి ఇంకా మిగిలే ఉంటాయి. .

అదే "తీర్థంకర గోత్ర బంధం"

ప్రతి యోగీ తాను సిద్ధపురుషుడు అయిన తరువాత మిగిలిన వారిని కూడా సిద్ధపురుషులుగా తీర్చిదిద్దడానికి కంకణం కట్టుకుంటాడు

అలా కొందరినైనా సిద్ధపురుషులుగా తయారు చేయగలిగినప్పుడు, "తీర్థంకర గోత్ర బంధం" నుంచి విముక్తుడయ్యాడన్నమాట

తీర్థంకర గోత్ర బంధం నుంచి కూడా విడివడినప్పుడే
సంపూర్ణంగా జన్మరాహిత్య పదవి సిద్ధిస్తుంది;
ఇంక తిరిగి ఈ భూలోకంలోకి సాధారణంగా రానవసరం వుండదు

"తస్మాత్ యోగీభవ"

భగవద్గీతలో కృష్ణుడు ఇలా అన్నాడు :

"తపస్విభ్యోధికో యోగీ, జ్ఞానిభ్యోపి మతోధికః |
కర్మిభ్యశ్చాధికో యోగీ, తస్మాత్ యోగీ భవార్జున ||"

= గీత (6-16)

"ఒకానొక తాపసి కన్నా ఒకానొక యోగి అధికుడు;
ఒకానొక జ్ఞాని కన్నా ఒకానొక యోగి అధికుడు అని నేను అనుకుంటున్నాను;
రకరకాల కర్మలు చేసేవాడికన్నా అధికుడు ఒకానొక యోగి;
కనుక, ఓ అర్జునా, యోగివి కా," అని

"తాపసి" అంటే . . శరీరాన్ని తపింప చేసుకునేవాడు . .అంటే . . ఉపవాసాలు మొదలైన వాటి ద్వారా, "జ్ఞాని" అంటే శాస్త్రాధ్యాయనపరంగా సత్యం తెలుసుకున్నవాడు.
"యోగః" అంటే ధ్యానం; "యోగి" అంటే "ధ్యానంలో నిష్ణాతుడైనవాడు .. ధ్యానంలో సిద్ధుడైనవాడు"

అంటే "దివ్యదృష్టి కలవాడు"
"కర్మలు" అంటే నిత్య నైమిత్తిక, కర్మలు

కనుక, కృష్ణుడి దృష్టిలో రకరకాల కర్మల కన్నా, శుష్కవేదాంత జ్ఞానం కన్నా,

ఉపవాసాది కఠిన చర్యల కన్నా, ధ్యానయోగమే మహాగొప్పది

ఒకానొక యోగీశ్వరుడు అందరినీ ఏమని ఆదేశిస్తాడు?
"బాబూ, నువ్వు కూడా యోగివి కా" అని ...
మరి చేద్దామా మనమూ ధ్యానం ?
అవుదామా మనమూ యోగులం ?..

"తనువు - ఆత్మ"

"కట్టె యందు నిప్పుగానని చందమే
తనువు నందు ఆత్మ తగిలి యుండు ;
మఱుగు దెలిసి పిదప మార్కొనవలెనయా
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ" **-యోగి వేమన**

"రెండు కట్టెలు ఒరిపిడి వలన నిప్పు రాలుతుంది ;
కట్టెలు నిప్పు కనిపించకుండా ఉన్నట్లే
దేహంలో ఆత్మ వుంటుంది ;
ఈ రహస్యం తెలుసుకుని ఆత్మతత్త్వం లో మెలగాలి" . .
అని యోగి వేమన బోధ

కట్టెలు నరికితే 'నిప్పు' అన్నది కనబడుతుందా ?
విత్తనాన్ని విరగగొడితే 'చెట్టు' అన్నది బయటపడుతుందా ?
అట్లాగే,
శరీరాన్ని నరికితే 'ఆత్మ' అన్నది కనబడదు
చర్మచక్షువులకు కనబడనంత మాత్రాన
ఆత్మ అన్నది దేహంలో వ్యాపించి లేదని కాదు
"నా కంటికి చూపించు" అని సవాలు చేసేవారు మూర్ఖులు
కంటికి కనిపిస్తుంది . . అయితే 'మూడో కంటి' కి

*** ఆత్మానుభవానికి దివ్యచక్షువు అన్నది తప్పనిసరి ;**
అది ధ్యానం ద్వారానే సిద్ధం

తక్షణ కర్తవ్యం - కర్తవ్యనిష్టుడు"

తత్ + క్షణం = తక్షణం; **"తక్షణం"** అంటే **"ప్రస్తుత క్షణం"** అన్నమాట
"కర్తవ్యం" అంటే **"అనివార్యంగా చేయవలసినది".**
ప్రతిక్షణంలోనూ "చేయగలిగినవి" ఎప్పుడూ ఎన్నో ఉంటాయి; కానీ, "చేయవలసింది" వాటిల్లో ఎప్పుడూ ఒక్కటే.
వర్తమానంలో చేయగలిగిగిన అనేక వాటిల్లో అనివార్యంగా చేయవలసిన దానిని క్షణంలో గుర్తించి మరి మరుక్షణంలో అ పనిలో సంపూర్ణంగా నిమగ్నం అయివున్నవాడే **"సరియైన కర్తవ్యనిష్ఠుడు"**

"తక్షణ కర్తవ్యం" అంటే - "ఈ వర్తమాన క్షణంలో చేయవలసిన పని"అన్నమాట. మన, మరి ఇతరుల మానసిక పరిస్థితులు కానీ, బయటి వాతావరణ పరిస్థితులు కానీ, క్షణక్షణం రూపాంతరం చెందుతూనే ఉంటాయి; అలా నిరంతరం రూపాంతరం చెందుతూ ఉండే ప్రతి క్షణంలోనూ, ప్రతి పరిస్థితిలోనూ, తగిన కర్తవ్యనిష్ఠను కలిగి ఉండాలి.

"నడిచేటప్పుడు నడవాలి, తింటున్నప్పుడు తినాలి" అని ఓ సందర్భంలో బుద్ధుడు చెప్పాడు .. అంటే, చేతిలో ఉన్న పనిని వదిలి మనస్సు ఒక క్షణమైనా "పరధ్యాస" లో ఉండరాదు.

దివ్యజ్ఞాన ప్రకాశం ద్వారానే మన 'వర్తమాన - ధ్యాస'స్థితమవుతుంది
'పరధ్యాస'రహిత స్థితే 'వర్తమాన-ధ్యాస స్థితి'
వర్తమాన - ధ్యాస వున్నవాడే నిత్యజాగరూకుడు
నిత్యజాగరూకుడే తక్షణ కర్తవ్య నిష్టుడు కాగలడు
తక్షణ కర్తవ్య నిష్టుడే అద్భుత ప్రగతిని సాధించగలడు

"తమో రజో సత్త్వ గుణాలు"

"గుణం" అంటే **"అంతర్ పరిస్థితి"**
"కర్మ" అంటే **"బహిర్ కార్యకలాపం"**
మన గుణాన్ని బట్టే మన కర్మలు ఉంటాయి కర్మల వల్ల గుణాలు కూడా మారుతూ ఉంటాయి

"గుణం" , **"కర్మ"** . . ఇవి రెండూ పెనవేసుకున్న రెండు పాముల లాంటివి.

అంతర్ పరిస్థితిని బట్టి మనుష్యులను తమోగుణప్రధానులుగా, రజోగుణప్రధానులుగా, సత్వగుణప్రధానులుగా, శుద్ధసాత్వికులుగా, నిర్గుణులుగా విభజించవచ్చు.

తమోగుణప్రధానులు **"కుంభకర్ణుడి"** లాగా కేవలం
శారీరక అవసరాలకు మాత్రమే ప్రాముఖ్యత నిచ్చేవారు ;
కామమే ముఖ్యధ్యేయంగా వున్నవారు; కష్టాలు వస్తే ఆర్తనాదాలు చేసేవాళ్ళు

రజోగుణప్రధానులు **"రావణాసురుడి"** లాగా కీర్తికాముకులు ;
అంతులేని సుఖాలను వాంఛించే వారు ; అందుకు ఎంతటి అధర్మానికైనా తెగించేవారు

సత్వగుణప్రధానులు ధర్మాభిలాషులు,
"విభీషణుడి" లాగా బుద్ధిజీవులు, జ్ఞానయోగ జిజ్ఞాసువులు
ఇక, శుద్ధసాత్వికులు, నిర్గుణులు . . మోక్షసామ్రాజ్యాన్ని ఏలేవారు
వీరు పరిణితి చెందిన సీతాకోకచిలుకలు - **"శ్రీరాముడి"** లాంటి జ్ఞానులు, సిద్ధులు

మన అసలు ధ్యేయం శుద్ధసాత్వికులుగా, నిర్గుణులుగా త్వరగా మారడమే

తగినంత లాభాలనే దృష్టిలో పెట్టుకోవాలి

వ్యాపారులు, వ్యవసాయకులు, పారిశ్రామికవేత్తలు, శ్రామికులు, గృహస్థులు, పాలకులు, బోధకులు- వీరందరితో కూడి ఉన్నదే సమాజం.
మానవ శరీరంలో కళ్ళు, చెవులు, చేతులు, కాళ్ళు- ఇలా ఏ అంగం చేసే పని అది చేయాలి. ప్రతి అంగానికి సరిసమానమైన విశిష్టత, సరిసమానమైన బాధ్యత, సరిసమానమైన దైవత్వం వున్నాయి. శరీరంలో ఏదో ఒక భాగం లేదా ఏదో ఒక అంగం ప్రధానమైనది- మిగిలినవి అప్రధానమైనవి కావు.
వ్యాపార దక్షత ఉన్నవారు వ్యాపారం చేయాలి. వ్యవసాయ దక్షత ఉన్నవారు వ్యవసాయం చేయాలి. పై దక్షత లేనివాళ్ళు శారీరక శ్రమలో అయినా దక్షతను చూపించాలి.
వ్యాపారులు మొట్టమొదటిసారిగా గుర్తుంచుకోవాల్సింది ఏమిటంటే సమాజానికి వారి వ్యాపారం అతి ముఖ్యమైనది అని! వ్యాపార వృత్తిలో ఉన్నవారు మొదట వ్యాపార దక్షత ను పెంచుకోవాలి. న్యాయంగా వ్యాపారం చేయాలి. కుటుంబ శ్రేయస్సుకు తగినంత లాభాలను మాత్రమే దృష్టిలో పెట్టుకోవాలి. అంతకుమించి వచ్చిన లాభాలను సంఘ శ్రేయస్సుకు వినియోగించాలి.

వ్యాపార దక్షత అనేది ఒక శాస్త్రం; దీన్నే ఇంగ్లీషులో "Business Management" అంటాం. దీనికి ప్రత్యేకంగా ప్రపంచమంతటా కళాశాలలు ఉన్నాయి. కనుక వ్యాపారం చేసే వాళ్ళు వ్యాపార దక్షతను సంపాదించుకోవాల్అంటే "Business Management" లాంటి కోర్సుల ద్వారా వ్యాపార దక్షతను సంపాదించుకోవాలి. అందులోని సూత్రాలను అవగాహన చేసుకోవాలి. తోటి వ్యాపారులతో నిరంతరం వ్యాపార విషయాలను పరస్పరం చర్చిస్తూ పరస్పరం పంచుకుంటూ వుండాలి. చేపట్టిన వృత్తికి తగిన సజ్జన సాంగత్యం తగిన స్వాధ్యాయం చేయాలి. స్వంత వ్యాపారం మీద పూర్తి ధ్యాస ఉంచాలి.

అదే విధంగా పాలకులు దక్షత ను కలిగి ఉండాలి; వ్యవసాయదారులు వ్యవసాయ దక్షత ను కలిగి వుండాలి.. గృహస్థులు అయినవారు గృహ నిర్వహణా దక్షత ను కలిగివుండాలి.శ్రామికులు శ్రామిక దక్షత ను కలిగి వుండాలి. ఇవన్నీ వెరసి వృత్తి దక్షత అనబడుతుంది. అయితే, వారి వారి వృత్తి దక్షతలను వారు చూసుకుంటూనే మరి అందరూ ఆత్మజ్ఞాన పరాయణులు కూడా కావాలి అది తప్పనిసరి.. అంటే, ఒక త్రాటి మీద వృత్తి దక్షత, మరి మరొక త్రాటి మీద ఆత్మజ్ఞాన దక్షత ను కలిగి ఉండాలి.

"తాపత్రయం"

"తాపం" అంటే దుఃఖం; "త్రయం" అంటే మూడు
త్రివిధ దుఃఖాలనే "తాపత్రయం" అంటారు;
తాపాలు అన్నవి మూడు రకాలుగా ఉంటాయి;

ఆధ్యాత్మిక తాపం:
మనలోని కామ, క్రోధ, లోభ, మద, మాత్సర్యాలు అనబడే అరిషడ్వర్గాల వలన మనకు కలిగే బాధలనే "ఆధ్యాత్మిక తాపాలు" అంటాం; ప్రతి మనిషికీ ఉండే ఇహలోక బాధల మొత్తంలో
నిజానికి 90% ఈ విధంగా ఎవరికి వారు కల్పించుకున్న, మరి మనకు మనం కల్పించుకుంటూన్న బాధలే.

ఆదిభౌతిక తాపం:
ఇతర ప్రాణికోటి వలన కలిగే తాపాలను "ఆదిభౌతిక తాపాలు" అంటాం. మన ప్రమేయం లేకుండా ఇతరుల అజ్ఞాన, అక్రమ చర్యల వలన మనకు కలిగే భౌతికపరమైన బాధలు అన్నమాట; ప్రతి మనిషికి 9% ఇహలోక బాధలు మాత్రమే ఈ కోవకు చెందినవి.

ఆదిదైవిక తాపం:
ప్రకృతి సహజమైన మార్పుల వలన కలిగే తాపాలను "ఆదిదైవిక తాపాలు" అంటాం . .
ఉదాహరణకు: అతివృష్టి, అనావృష్టి, అతిశీతలం, అతిఉష్ణం మొదలైనవి
అనేక బాధలను కలిగిస్తూ ఉంటాయి; ప్రతి మనిషికి 1% ఇహలోక బాధలు మాత్రమే ఈ కోవకు చెందినవి.

మానవులందరికీ త్రివిధ దుఃఖాలు, తాపత్రయాలు ఉంటాయి.

ఒకానొక ముక్తపురుషుడికి, ఒకానొక ధ్యానయోగికి, ఆధ్యాత్మిక తాపాలు ఉండవు; కేవలం ఆదిభౌతిక, ఆదిదైవిక తాపాలు మత్రమే ఉంటాయి.

"స్వయంభూ జ్యోతిర్లింగాలు"

మనం అంతా కూడా " సృష్టికర్తలు " అయిన బ్రహ్మదేవుళ్ళం !

బ్రహ్మదేవుడి పని ఎప్పుడూ క్రొత్త క్రొత్తవి సృష్టిస్తూ .. అంటే create చేస్తూ ఉండడం ! మన పని కూడా అంతే ! మన సృజనాత్మకతతో ప్రతిక్షణం క్రొత్తక్రొత్తవి సృష్టిస్తూ .. అవసరం అనుకున్నప్పుడు మనల్ని కూడా మనం క్రొత్తగా మళ్ళీ సృష్టించుకుంటూ ఉంటాం ! అయితే ఇలా క్రొత్త వాటిని సృష్టించే క్రమంలో వచ్చే ఫలితాలన్నీ మనమే భుజించాల్సి ఉంటుంది. " CREATE " అనే పదంలోనే " EAT " అనే పదం ఇమిడి ఉంది కనుక " ఎవరి వాస్తవానికి వారే కారకులు ".

WHAT YOU CREATE IS WHAT YOU EAT

శోకం - ఆహ్లాదం .. కోపం - దుఃఖం .. ఆనందం - బ్రహ్మానందం .. భోగం - వైభోగం .. ఇలా ఏదైనా సరే మనం ఏదీ సృష్టిస్తే .. దానిని మనమే అనుభవించాల్సి వుంటుంది. మన సృష్టి మనదే .. మన ఫలితం మనదే ! దీనినే " లింగ సృష్టి " అంటారు.

" లింగం " అంటే " ప్రాణమయ శరీరం ", " జ్యోతి " అంటే " ఆత్మ " ! సత్యలోకంలో ఆత్మజ్యోతుల్లా వెలుగుతూన్న మనం .. అవసరరార్థం ఒకానొక లింగ స్వరూపమైన ప్రాణమయ శరీరాన్ని సృష్టించుకుని స్వయం భూ జ్యోతిర్లింగ స్వరూపాల్లా అక్కడి నుంచి ఇక్కడికి దిగి వచ్చాం ! అక్కడి ఆనందమే .. ఇక్కడికి తెచ్చుకున్నాం !

కానీ ఇక్కడికి వచ్చాక రజ్జుసర్పభ్రాంతితో కూడిన భ్రమలో పడి ఇదంతా మర్చిపోయాం ! లేనిది ఉన్నట్లుగా .. ఉన్నది లేనట్లుగా భ్రమ చెందుతూ మనలోని బ్రహ్మతత్త్వాన్ని మర్చిపోయి శివపూజలూ, విష్ణుస్తోత్రాలూ చదువుకుంటూ పొద్దుపుచ్చుతున్నాం ! పూజలు చేసి చేసి పూజారుల్లా, స్తోత్రాలు చదివి చదివి పండితుల్లా కాగలమేమో కానీ సృష్టికర్తల్లా మరి సహసృష్టికర్తల్లా ఎన్నటికీ కాలేము ! " పుట్టేముందు ఒకలా ఉన్న వాళ్ళం పుట్టిన తరువాత మరోలా ఎలా ఉంటాం? " అన్న సత్యం మరచి పోయిన పరమాత్మ స్వరూపాలమైన మనం తక్షణం ధ్యానజ్ఞాన సాధనలు చేసి మనలోని జ్యోతిర్లింగాలను పునఃసృష్టిచేసుకోవాలి.

శ్వాసే గురువు

ఏ వ్యక్తీ ఇంకొక వ్యక్తికి గురువు కాదు. "ఎవ్వరయ్యా " గురువు అంటే శ్వాసే. ఎవరి శ్వాస వారి గురువు. దేహంలో దీపాన్ని వెలిగిచే గురువే శ్వాస.

"తంత్రం - పరతంత్రం - స్వాతంత్ర్యం"

మనం సంపూర్ణమైన స్వాతంత్ర్యం కలిగిన వాళ్ళం. మనపై ఎవరి అదుపూ ఉండరాదు. ఒకరి అదుపులో ఉన్నవారు పరతంత్రులు. 'తంత్రం' అంటే దేహానికి బానిసత్వ స్థితి - బాడీ డిపెండెంట్ జీవితం ... 'పరతంత్రం ' అంటే ఇతరులకు బానిసత్వ స్థితి - అదర్ డిపెండెంట్ జీవితం... స్వాతంత్ర్యం అంటే సంపూర్ణ విముక్తి స్థితి - సోల్ డిపెండెంట్ జీవితం..... తప్పనిసరి అయితేనే ఇతరుల సహాయం తీసుకోవాలి. అంతేకానీ సాధారణంగా ఎవ్వరూ ఇంకొకరి మీద డిపెండ్ కారాదు. మన సామర్థ్యశక్తి అపూర్వం. అయితే, శోచనీయ విషయమేమిటంటే, మనం అందులో సహస్రాంశం కూడా ఉపయోగించుకోవడం లేదు. అందుకే మనకీ దురవస్థ. నెవర్ థింక్ ఫ్రమ్ బాడీ పాయింట్ ఆఫ్ వ్యూ....థింక్ ఆల్వేస్ ఫ్రమ్ సోల్ పాయింట్ ఆఫ్ వ్యూ.

గ్రహం = తీసుకోవడం, దేహానికి బానిస ... తంత్రం
పరిగ్రహం = విశేషంగా తీసుకోవడం, బానిస బ్రతుకు ... పరతంత్రం
అపరిగ్రహం = అసలు తీసుకోకపోవడం, ఆధ్యాత్మికం ... స్వతంత్రం

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ 18 ఆదర్శ సూత్రాలలో 15 వ పాయింట్‌ను చదవండి. ఎవరి సమస్యలను వారే పరిష్కరించుకోవాలి. అదే స్వతంత్రం. శ్వాస మీద ధ్యాస పెట్టి ధ్యానం చేయాలి. మాట మీద ధ్యాస పెట్టి జ్ఞానంతో జీవించాలి. అప్పుడు ఎవరిపైనా ఆధారపడవలసిన అవసరం రానే రాదు. ఉద్ధరేదాత్మానాత్మానం ... నిన్ను నువ్వే ఉద్ధరించుకోవాలి. నీ దీపాన్ని నువ్వే వెలిగించుకోవాలి.

సత్యం = శుభం = లాభం

అసత్యం =అశుభం = నష్టం

శుభం వల్ల ... లాభం   అశుభం వల్ల ...నష్టం
సత్యం వల్ల ... శుభం   అసత్యం వల్ల... అశుభం

"శ్వాస మీద ధ్యాస"

మనిషి ప్రపంచాన్ని జయించాలనుకుంటున్నాడు.
కానీ తనను తాను జయించలేక పోతున్నాడు.
మనిషి ఇతరులను బాగు చేయాలనుకుంటున్నాడు ; కానీ, తనను తాను బాగు చేసుకోలేని వెర్రిబాగులవాడవుతున్నాడు.
... తప్పులెన్నువారు తమ తప్పులెరుగరు విశ్వదాభిరామ వినురవేమ ..
మనిషి ప్రక్కింటివాడి కన్నా గొప్పవాడు కావాలనుకుంటున్నాడు ...
వస్తు వాహనాదులతో, అంబర భూషణాదులలో.

కానీ, ఓ వివేకానందుడి కన్నా, ఓ రమణ మహర్షి కన్నా నేనెందుకు గొప్పవాడిని కాకూడదు ? అని ఎవ్వరూ అనుకోవట్లేదు. మనిషి ధనవంతుడు కాగోరుతున్నాడు ; కానీ జ్ఞానవంతుడు గా కావడానికి ఆలోచనే చేయడం లేదు. ఇక ఇలాంటి మనిషికి మనం తిలోదకాలిద్దాం ; క్రొత్త మనుష్యలను తయారు చేద్దాం. క్రొత్త దివ్య జీవితాలకు అంకురార్పణ గావించుదాం
మనిషి ఇప్పుడు తనలోని దోషాలను దూరం చేసుకోవాలి. ప్రతి మనిషీ ఓ వివేకానందుడుగా, ఓ రమణ మహర్షి గా అయితీరాలి. వారి కన్నా ఇంకా గొప్ప గా, చాలా గొప్ప గా కావాలి.
జ్ఞానాన్నే పై లోకాలకు తిసుకువెళ్తాం కనుక, ధనాన్నంతా ఇక్కడే వదిలిపెడ్తాం కనుక,
ఇక ప్రతి మనిషీ జ్ఞానవంతుడుగా కావడానికి నిశ్చయించుకోవాలి.
ఇదంతా సాధించాలంటే ఉన్నది ఒక్కటే మార్గం.

అదే ధ్యాన మార్గం - అంటే శ్వాస మీద ధ్యాస అంటే ఆనాపానసతి.
ప్రతి మనిషీ,. ప్రతి రోజూ తనకు ఉన్న ఇరవై నాలుగు గంటల్లో కనీసం ఒక గంట శ్వాస మీద ధ్యాస ఉంచాలి. తల్లిదండ్రుల మీద ధ్యాస ; భార్య మీద ధ్యాస ; పిల్లల మీద ధ్యాస ; ఉద్యోగం మీద ధ్యాస ;...
వీటన్నింటితో పాటు విధిగా శ్వాస మీద ధ్యాస కూడా ఉంచాలి.
వుంచాలి శ్వాస మీద ధ్యాస - పెంచాలి శ్వాస మీద ధ్యాస.

శ్వాస అంటే హంస ; శ్వాస మీద ధ్యాస అంటే హంసాభ్యాసం చేయడం ; హంస విన్యాసాల్ని గమనించడం ; హంస ధ్వని ని వినడం ; హంసామృతాన్ని గ్రోలడం ; హంసతూలికాతల్పం మీద సుఖనిద్రపోవడం ; హంస గమనం చేయడం.

గౌతమబుద్ధుడు2500 సం|| క్రితం ఉపయోగించిన పదం " ఆనాపానసతి "
" అన " అంటే " ఉచ్చ్వాస "
" అపాన " అంటే " నిశ్వాస "
" సతి " అంటే " కూడుకుని వుండడం "
" ఆనాపానసతి " అంటే " శ్వాస మీద ధ్యాస "
" శ్వాస మీద ధ్యాస " అంటే " మన శ్వాసతో మనం కూడుకుని వుండడం "
" ఎన్నో ధ్యాన పద్ధతులు వున్నా వాటన్నిటిలో ఒక్కటే ' సరి అయిన ధ్యాన పద్ధతి '
మరి అదే ' ఆనాపానసతి ' " .. అన్నాడు బుద్ధుడు

సృష్టిలో ఒకానొక ప్రధాన మూల సిద్ధాంతం
" ప్రకృతి ఎప్పుడూ సహజంగా వుంటుంది .. అది ఎప్పుడూ సులభరీతిలో వుంటుంది "
" ఏదైతే ప్రకృతి సహజంగా వుంటుందో, సులభరీతిగా వుంటుందో .. అదే సత్యమైనది కూడా "
' సహజత ', ' సత్యత ', ' సులభత ' .. ఈ మూడు కూడా పర్యాయపదాలు
ఒకటి వుంటే మిగతా రెండూ వుంటాయి అక్కడ

" హఠయోగ ప్రాణాయామం " అన్నది కఠోరమైనది మరి అసహజమైనది
కనుక అది సత్యానికి సుదూరమైనది
" సుఖమయప్రాణాయామం " అన్నది కుంభక .. పూరక .. రేచక రహితం
" కుంభకం " అంటే " బలవంతంగా శ్వాసను బిగపట్టడం "
" పూరకం " అంటే " బలవంతంగా శ్వాసను పీల్చడం "
" రేచకం " అంటే " బలవంతంగా శ్వాసను నెట్టేయడం "
" ఆనాపానసతి " అంటే " సుఖమయప్రాణాయామం "
" సుఖమయప్రాణాయామం " అన్నది సహజమైనది
కనుక అది సత్యానికి అత్యంత చేరువ అయివున్నది
ధ్యానవిజ్ఞానశాస్త్రంలో మూడు విషయాలు ఉన్నాయి :
* ఆనాపానసతి * కాయానుపస్సన * విపస్సన
" ఆనాపానసతి " అభ్యాసంలో భౌతికకాయం ఉడుకుతుంది
అనేకానేక ప్రాణశక్తిసంచారాలు మన ప్రాణమయశరీరంలో జరగడం మనం గమనిస్తాం
ఎక్కడెక్కడో ఎనర్జీ ఫ్లో అవుతున్నట్లు మనం గమనిస్తూ వుంటాం
దీనిని " కాయానుపస్సన " అంటాం
" కాయానుపస్సన " లో విశేషంగా నాడీమండలశుద్ధి జరుగుతుంది
అయితే ఇంకా ధ్యానాన్ని పొడిగించాలి
" నాడీమండలకాయం " లో సుమారు రెండు లక్షల72 వేల నాడులు వుంటాయి
" నాడి " అంటే ఓ " ఎనర్జీ ఛానెల్ "
నాడులన్నీ పరిశుద్ధం అవుతూన్నప్పుడు వచ్చే నొప్పులనూ, బాధలనూ,
గమనించడాన్నే " కాయానుపస్సన " అంటాం
" ఆనాపానసతి " అన్నదానిని చేస్తూంటే, చేస్తూంటే
అపారమైన విశ్వమయప్రాణశక్తి ..
మన లోపల ప్రవహించడం ప్రారంభం అవుతుంది
అ విశ్వమయప్రాణశక్తి ..
అనేకానేక పాపకర్మల ద్వారా మలినమైన నాడులను ప్రక్షాళన గావిస్తూ వుంటే
ప్రక్షాళనా రీతులను గమనించడం అన్నదే " కాయానుప్పసన "
" కాయానుపస్సన " లో వచ్చే తప్పనిసరి బాధలను
ధ్యానాభ్యాసంలో మరింత లోతుకు వెళ్తేనే అధిగమించగలం
" ఆనాపానసతి అభ్యాసం " అంటే
హాయిగా కూర్చుని .. కాళ్ళు, చేతులు కట్టేసుకుని .. కళ్ళు రెండూ మూసేసుకుని
మన ఆలోచనలను ఎప్పటికప్పుడు ' కట్ ' చేసుకుంటూ " శ్వాస మీద ధ్యాస " వుంచాలి
నాసిక ఎక్కడ మొదలవుతుందో దాని పేరే " భ్రూమధ్యం " అదే " నాసికాగ్రం "

" నాసికాగ్రం " అంటే " ముక్కు కొన " కాదు
అలా చేసినప్పుడు ఈ శ్వాస తనంతట తాను చిన్నదిగా అయిపోతూ చివరికి
" నాసికాగ్రం " లో అంటే " భ్రూమధ్యం " లో
అంటే " అజ్ఞాచక్రస్థానం " లో .. అంటే " సుదర్శన చక్రస్థానం " లో
తనంతట తాను సుఖంగా స్థితం అయిపోతుంది
ఆ స్థితిలో మనం తన్మయమైవుంటే " మూడవకన్ను " యొక్క విస్ఫోటనం మొదలవుతుంది
" మూడవ కన్ను " విస్ఫోటాన్ని గమనించడాన్నే " విపస్సన " అంటాం
" పశ్యతి " అంటే సంస్కృతంలో " చూడడం "
" ఆనాపానసతి " అన్నదే ఒకానొక " పశువు " ను ఒకానొక " పశుపతి " గా పరిమారుస్తుంది
" పతి " అంటే " యజమాని "
తన జంతుతత్వానికి ఆధీనుడు అయినవాడు ఒకానొక " పశువు "
తన జంతుతత్వాన్ని అధిపత్యంలో తీసుకున్నవాడు ఒకానొక " పశుపతి "
ఆనాపానసతి .. అన్నది సర్వరోగనివారిణి
ఆనాపానసతి .. అన్నది సర్వభోగకారిణి
ఆనాపానసతి .. అన్నది సత్యజ్ఞానప్రసాదిన

" శ్వాస శాస్త్రం ... ఆత్మశాస్త్రం "

" శ్వాస మీద ధ్యాస "

" మతం మూలాల్లో ఉన్నది మౌలికమైన ఆధ్యాత్మికత
ఆధ్యాత్మికత మూలాల్లో ఉన్నది ఆత్మశాస్త్రం
ఆత్మశాస్త్ర మూలాల్లో ఉన్నది ధ్యానశాస్త్రం
ధ్యానశాస్త్ర మూలాల్లో ఉన్నది శ్వాస మీద ధ్యాస ! "

ఇలా అన్ని శాస్త్రాల యొక్క ఆధారం " శ్వాస " మాత్రమే! ఈ శ్వాసే మన ప్రాణం. ఈ శ్వాసే మన జీవితం ! శ్వాస శక్తే ప్రాణశక్తి .. ప్రాణశక్తే ప్రకృతి శక్తి .. ప్రకృతి శక్తే మరి విశ్వశక్తి! అంటే ఈ జగత్తుకంతటికీ జీవనాధారమైన ఈ విశ్వశక్తే నీళ్ళల్లో, మొక్కల్లో, జంతువుల్లో ప్రకృతి శక్తిగా, ప్రాణశక్తిగా మరి శ్వాసశక్తిగా మారి .. వాటి ఎదుగుదలకూ, వాటి మనుగడకూ తోడ్పడుతూ ఉంది. ఇలా విశ్వంలోని సకల చరాచరాలన్నింటిలోని ఈ మూలశక్తి ఆధారంగా వాటన్నింటినీ ఒకేచోటుకి చేర్చి మళ్ళీ కలపడమే " మతం " లేదా "Religion "!

" Re-ligate " అంటే " మళ్ళీ కలపడం "! కనుక ఇలాంటి వేరుపడిపోయిన ఆత్మలను అన్నింటినీ మళ్ళీ కలపగలిగే మూలచైతన్య శక్తిని గురించి విశేషంగా, అధ్యయనం చేయడమే మన అసలైన మతం ! అదే మన " ఆత్మశాస్త్ర మతం " !!

" ధ్యాన శాస్త్రం "

శ్వాసశక్తే మన మనుగడకు జీవనాధారం ! మరి ఈ శ్వాస శక్తే మనల్ని మన మూలాల్లోకి తీసుకునివెళ్తుంది. ఎప్పుడైతే మనం శ్వాసానుసంధానం చేస్తామో అప్పుడు శ్వాస సూక్ష్మమై .. మనస్సు శూన్యమై .. పరిశూన్యమై విస్తారంగా విశ్వమయ ప్రాణశక్తి మనలోకి ప్రవహించి, మన దివ్యచక్షువు ఉత్తేజితం అవుతుంది .. మనం సూక్ష్మశరీరయానాలు చేస్తాం ! ఇలా మన ఆత్మశ్శక్తి అనంతంగా మనకు నిదితమవుతూ ఉంటుంది. ఇదంతా కూడా సరియైన " ధ్యానశాస్త్రం ".

" ఆత్మశాస్త్రం "

విశేష ధ్యానాభ్యాసం ద్వారా ఎప్పుడైతే మన ఆత్మ మేల్కొంటుందో అప్పుడు ఆత్మశక్తి ద్వారా మనం మన గతజన్మలు ఎన్నెన్నో తెలుసుకుంటాం. " మనం ఎన్నెన్నో జన్మలు, ఎత్తుతూ మరెన్నో అనుభవాలను గడిస్తూ ఉన్నాం " అని తెలుసుకుంటాం .. " ఇంకా క్రొత్త, క్రొత్త అనుభవాల కోసం ఈ జన్మ మళ్ళీ తీసుకున్నాం " అన్న సంగతి కూడా ఆత్మశాస్త్ర అభ్యాసం ద్వారా పొందే ఆత్మజ్ఞానం వల్లనే మనకు అవగతమవుతుంది.

" నేను శరీరాన్ని కాదు " .. " అయమాత్మా బ్రహ్మ " .. " నేను అందరిలో ఉన్నాను ", .. " అహం బ్రహ్మాస్మి " .. " నేను ఆత్మను " అంటూ .. ఆత్మను గురించి ఖచ్చితంగా సంపూర్ణంగా తెలుసుకుంటూ వుంటాం. ఇలా ధ్యానం యొక్క విశేష అభ్యాసం వల్ల ఆత్మశాస్త్రం కూలంకషంగా తెలుస్తుంది. మనలో ఇలాంటి ఆత్మజ్ఞానం వల్లనే సరియైన వ్యవహారిక పరివర్తన వస్తుంది!

" ఎలా మాట్లాడాలి ? " .. " ఏ భావాన్ని వ్యక్తపరచాలి ? " .. " ఎలా నడుచుకోవాలి? " .. అన్న విషయాల్లో కూడా ఎంతో పరిపక్వత వస్తుంది! జీవితంలో ఎన్నెన్నో అనుభవాలు ఎదురవుతూ .. వాటి ద్వారా మనం ఎన్నో నేర్చుకుంటూ, " ఆత్మ ఎదుగుదల కోసమే ఈ శరీరాన్ని ధరించి జన్మ తీసుకున్నాము " అనే ఆత్మసాక్షాత్కారాన్ని క్రమక్రమంగా పొందుతూ ఉంటాం.

ఇలా మెల్లమెల్లగా దేహ భావనను దాటుతూ, ఆత్మభావన వైపు మన ప్రయాణాన్ని మొదలుపెడతాం! క్రమంగా శరీరానికి వున్న అవధులు ఆత్మకు లేవని అర్థం చేసుకుని, ఆనందంగా ఒకేసారి బహుముఖతలాల్లో విహరిస్తూ అనంతమైన ఆత్మజ్ఞానాన్ని అపారంగా గ్రోలుతూ ఉంటాం. ఇలా మన "ఆత్మకథ " కు మూలం "శ్వాసానుసంధానం"మాత్రమే అన్న ముఖ్య అవగాహనను చక్కగా పొందుతాం !!

" రాత్రి సమయాల్లో ఆనాపానసతి ధ్యాన సాధన ..
పగటి సమయాల్లో అహింసాధర్మాచరణ "

" ప్రాపంచిక మాయలో పడిపోయి మనం ఆత్మ సత్యాన్ని మరిచిపోతే .. ' నేను కేవలం శరీరధారుడినే ' అన్న అజ్ఞానంతో కూడిన దుఃఖంలో కూరుకుపోతాం. మన స్వీయ ఆత్మతత్వాన్ని మరచిపోయినప్పుడే మనం ఇతరుల పట్ల హింసాత్మక కార్యక్రమాలను చేస్తూవుంటాం. కర్మసిద్ధాంతం ప్రకారం అనేకానేక కర్మలను కూడగట్టుకుంటూ .. రోగాలూ, బాధలూ, కష్టాలూ కన్నీళ్ళూ .. ఇంకా ఇంకా అనేకానేకమైన పాపాల్లో ఇరుక్కుంటూ మనకు మనమే నరకాన్ని సృష్టించుకుని మనకు మనమే శత్రువుల్లా మారిపోతాం.

" వీటన్నింటికీ కారణం మన అజ్ఞానమే. ఈ సృష్టిలో మనతోపాటే పుట్టి మనతోపాటే మనుగడసాగిస్తోన్న మన సహోదరులైన ఇతరజీవులను చంపితింటూ .. దానిని నాగరికత అని గొప్పగా చెప్పుకుంటున్నాం. పూజలూ, బలులూ అంటూ ' దేవుడి ' పేరుతో అనేకరకాలైన అపచారాలను చేస్తున్నాం.

" సృష్టిపరిణామక్రమంలో ముందుకు దూసుకుపోవాల్సిన ఈ తరుణంలో .. ఇక ఇన్నాళ్ళుగా మనం తెలిసీ తెలియక చేసిన ఈ అపచారాలన్నీ ఆపేద్దాం. ' పెద్దలు నియమాలను ఏర్పరచారు ' అన్న మూఢనమ్మకాల్లోంచి బయటికి వద్దాం. ఏ దేవుడు కూడా హాయిగా బ్రతుకుతోన్న ఇంకొకజీవిని బలవంతంగా పట్టితెచ్చి చంపి తనకు నైవేద్యం పెట్టమని మనల్ని అడుగడు. మనమే .. మనలో ఉన్న రాక్షసత్వపు కోరికలకు ' దేవుడి ' పేరు పెట్టి ఇలా హింసాత్మకమైన పనులను చేస్తూంటాం.

" అధర్మయుతం అయిన ఈ హింసాత్మక చర్యలన్నింటినీ తక్షణం ఆపేద్దాం. మన స్వీయ ఆత్మసత్యాన్ని ప్రతిక్షణం ఎరుకలో ఉంచుకోవడానికి నిరంతరం ధ్యానసాధన చేద్దాం .. మరి ఇతర జీవులలోని ఆత్మతత్వాన్ని గౌరవిస్తూ ధర్మాచరణలో జీవిద్దాం.

" చంద్రుడు రాజ్యంఏలే రాత్రిసమయాన్ని ధ్యానసాధనలో సద్వినియోగపరచుకుంటూ .. స్వీయ ఆత్మసత్యంలో జీవిద్దాం. సూర్యుడు రాజ్యంఏలే పగటిసమయం అంతా అహింసా ధర్మాచరణలో పునీతులం అవుతూ .. మన జీవితాలను ధన్యం చేసుకుందాం. ధ్యానం మరి అహింస ఈ రెండు శక్తివంతమైన అస్త్రాలు మత్రమే ప్రస్తుతం మానవాళిని రక్షించే తిరుగులేని రామబాణాలు."

స్వర్గజీవన సూత్రాలు"

" వాస్తవ మూలం ఇదం స్వర్గం "

ఎవరైనా గానీ ... ఎప్పుడైనా గానీ ... ఎక్కడైనా గానీ ... వాస్తవంలో జీవించవలె.
వాస్తవంలో జీవించాలి. అదే మనం చెయ్యవలసింది.
అవాస్తవంలో స్వర్గం ఎక్కడ ? వాస్తవంలో దుఃఖం ఎక్కడ?
వాస్తవంలో జీవిస్తేనే స్వర్గం. అవాస్తవంలో ఉంటేనే నరకం.
ఇదే **మొట్టమొదటి స్వర్గజీవన సూత్రం.** అంటే సరియైన విధంగా జీవించే సూత్రం.

" సర్వం ఖల్విదం బ్రహ్మ "

ఈ ఉన్నదంతా బ్రహ్మ పదార్థమే. ఈ ఉన్నదంతా చైతన్య పదార్థమే.
వాస్తవానికి మనం అందరమూ భగవత్ పదార్థం.
వాస్తవానికి మనం అంతా మూలసృష్టికి సంబంధించిన ఆత్మపదార్థం.
మనం ఎల్లప్పుడూ ఆత్మపదార్థంగానే జీవించవలె.
ఇదే **రెండవ స్వర్గజీవన సూత్రం . . .**

" ఈశ్వరప్రణిధానం "

ప్రతి ప్రాణీ ఒకానొక భగవంతం.
సకల ప్రాణికోటి పట్ల సదా ప్రణామ భావన . . . కలిగి వుండవలె.
సకల జీవరాశి పట్లా, అన్నివేళలా, 'మమాత్మా' భావన కలిగి వుండవలె.
ఇదే **మూడవ స్వర్గజీవన సూత్రం ...**

" ధ్యాన మూలం ఇదం జగత్ "

ఈ జ్ఞానమంతా ... ధ్యాన పదార్థంలో మాత్రమే అనుభవైకవేద్యం.
మనం భగవత్ పదార్థాలమై వున్నా ధ్యాన పదార్థంగా లేనప్పుడు మనకు ఎరుకలోకి రాము.
ధ్యాన పదార్థంలోకి రానంతవరకు భగవత్ పదార్థానికి తాను భగవత్ పదార్థం అని తెలీదు.
మనం విశేషంగా ధ్యానమూర్తులం అవ్వవలె.
ఇదే **నాల్గవ స్వర్గజీవన సూత్రం ...**

" శ్వాస మూలం ఇదం జగత్ "

బీజం వృక్షానికి మూలం ... శ్వాస ధ్యానానికి మూలం ...
ఇదీ అయిదవ స్వర్గజీవన సూత్రం.
స్వర్గం కావాలనుకునేవారు "వాస్తవం" కోసం తమస్సు ను వీడి తపస్సు ను చేపట్టవలె.
"ఆధ్యాత్మిక" అన్నదే తపస్సు. " ధ్యానం" ద్వారానే ఆధ్యాత్మికత.
ధ్యానం "శ్వాస" మూలంగా మాత్రమే సంభవం.
ఆ శ్వాస మన అందరి దగ్గరా వుంది ఇక దాని దగ్గర మనం వుందాం.

స్వామీ దయానంద సరస్వతి

ఆర్యసమాజ స్థాపకుడు శ్రీ స్వామి దయానంద.

నవీన భారతదేశ సంస్కర్తలలో అగ్రగణ్యుడు స్వామీ దయానంద.

వేదాలను అంత చక్కగా అధ్యయనం చేసినవారు భారతదేశంలో మరొకరు లేరు అని ఈయన గురించి అన్నరు స్వయంగా అరవిందుల్ వారే. థియోసాపికల్ సొసైటీ ఫౌండర్ అయిన మేడమ్ బ్లావెట్స్కీగారు ఇండియా వచ్చినప్పుడు ఆవిడను ఆకట్టుకున్న ఏకైక ఆధ్యాత్మికవేత్త స్వామీ దయానంద సరస్వతి.

పాడు సంఘం, ఆయన్ను చంపివేసింది. విషాన్ని త్రాగించింది, కానీ సత్యం ఎప్పుడూ చావదు - సత్యమేవ జయతే కదా, మూర్తి పూజ మెట్టు కాదు అగడ్త అని దిక్కులు పిక్కటిల్లే నినాదాన్ని ప్రపంచానికి ప్రసాదించారు స్వామీ దయానంద. ఈ విషయంలో స్వామీ దయానంద పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీల మాస్టర్లందరికీ మహా ఆదర్శప్రాయుడు.

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ వారు అందరి మాస్టర్స్ దగ్గర నుంచీ, అందరి మంచి గ్రహించటంలో, అదే సమయంలో ఆయా మాస్టర్లలోని స్వల్ప వికారాలను తిరస్కరించటంలో ఆరితేరిన హస్తాలు. స్వామీ దయానందుల వారి సత్యార్థప్రకాశంలో ఎన్నో త్యాజ్యనీయమైనవనా, ఎన్నో గ్రాహ్యమైనవి కూడా.

భారతదేశంలో దేవాలయాలు వుండి తీరాలి. విగ్రహాలు వుండి తీరాలి. కానీ విగ్రహారాధనలు ఉండరాదు. అది పూర్ణ పిచ్చి. ఎవరెస్టుకు సరిసమానమైన మూర్ఖత.

ఆస్తిక ప్రపంచ ప్రధాన సిద్ధాంత మేమంటే - మనం ఆత్మ స్వరూపులం.

కానీ ఆస్తికత అన్నదానికి విపరీతంగా చరిస్తున్నారు నేటి మూర్ఖ ఆస్తికులు. నేటి ఆస్తికత మూర్తిపూజ, వృక్షపూజ, జంతుపూజ, ప్రత్యేక మనుష్యుల పూజ - రీతుల్లో అందరికీ వెగటు పుట్టిస్తోంది.

విగ్రహారాధన అనేది భక్తి యోగ సూత్రంగా విపరీత పరిణామం చెందిన వింత రోజులు ఇంక ముగిసిపోయాయి.

వాస్తవానికి, భక్తి అనే దానికి ఆధ్యాత్మికతలో ఎలాంటి స్థానమూ లేదు.
ఉన్నదంతా ఒకే పదార్థం. వున్నదంతా ఒకే ఏకత్వం.
రెండుగా సృష్టిలో లేవు; వున్నది ఒక్కటే.
సర్వం ఖల్విదం బ్రహ్మ, - అహం బ్రహ్మాస్మి.
తనను తాను పూజించుకోవడమేమిటి?
జ్ఞానాన్ ముక్తిః అన్నాడు కదా కపిలుడు.
కావలసినవి ధ్యానం - ఆత్మజ్ఞానం. అంతేకానీ ఎవరి మీదా, ఎవరి పట్లా భక్తి కాదు.
కనుకనే, స్వామీ దయానంద సరస్వతి గారు మూర్తి పూజ మెట్టుకాదు, అగడ్త అని ఆత్మజ్ఞుడిగా వక్కాణించారు.

ఈ మౌలిక సందేశాన్ని భారతదేశం యావత్తుకూ అందించడానికై తన జీవితాన్నే పణంగా పెట్టిన మహాత్యాగి, దయానందజీకి శతసహస్ర థ్యాంక్స్.

మూర్తి పూజ మెట్టు కాదు అగడ్త.

స్వామి చిన్మయ

స్వామి చిన్మయ గురించి తెలయనివారు ఎవ్వరూ వుండరు - భారతదేశంలో కానీ, యావత్ ప్రపంచంలో కానీ,

ఆయన ఓ వన్‌మేన్ - ఆర్మీ లా భూమండలంలో కదం త్రొక్కారు. ఎవ్వరికీ ఊపిరి ఆడనివ్వలేదు. తాను ఊపిరి కూడా తీసుకోకుండా శ్రమపడ్డారు.

ఏమిటో తపన అందరినీ బాగు చెయ్యాలని, అదీ తక్షణమే, ఆత్మజ్ఞానాన్ని బోధ చెయ్యాలంటే ఉర్రూతలూగేవారు. ఆయనకు భగవద్గీత, ఉపనిషత్‌లు మొదలయినవన్నీ కొట్టిన పిండి.

స్వామి శివానంద, స్వామి తపోవన్‌జీ గార్ల దగ్గర శిష్యరికం అన్నది తాను మాస్టర్ గా విలసిల్లడం కోసమే చేశారు.

చిన్న పిల్లలకు వుండే చిలిపితనం - యువకులకు వుండే ఆవేశం;
ప్రౌఢులకు వుండే కార్యదీక్ష - వృద్ధులకు వుండే లోకజ్ఞానం;
యోగులకు వుండే ఏకాగ్రత - ఋషులకు వుండే దార్శనికత;
ప్రవక్తలకు వుండే వేగం - నాయకులకు వుండే వాక్పటిమ;
రాజులకు వుండే రాజసం - చక్రవర్తులకుండే ఠీవి;

- అన్నీ ఒకే మనిషిలో రంగరించి వున్న అసామాన్యుడు స్వామీ చిన్మయ.

1976 లో ఆయన దగ్గర కూర్చుని వేణువు వాయించే భాగ్యం నాకు కల్గింది. కర్నూలులో, He immensely enjoyed my Flute and commented, "where were you all these days?" పది సంవత్సరాల తరువాత హాంకాంగ్ లో మళ్ళీ రెండవసారి కలయిక.

చిన్మయ అంటేనే భగవద్గీత, భగవద్గీత అంటేనే చిన్మయ.

జ్ఞానయజ్ఞాలు ఆయనతోనే ప్రారంభం అయ్యాయి, భారతదేశం లోనూ ప్రపంచంలోనూ లెక్కలేనన్ని ఆధ్యాత్మిక పాఠశాలలు స్థాపించిన సాంఘిక సంస్కర్త.

ఇంగ్లీషు భాషలో ప్రావీణ్యత అద్వితీయం. ముఖంలో ఎప్పుడూ చిరునవ్వు.

గత 2,3,4 దశాబ్దాలలో భారతీయులందరూ తమ మీద తాము గౌరవపడేలా చేసిన ఏకైక వ్యక్తి. ప్రతి పిరమిడ్ మాస్టరూ, స్వామిజీ దగ్గర నుంచి స్ఫూర్తి ని తీసుకోవాలి..
ఒకసారి స్వామి చిన్మయ గారు మరి డా|| శ్రీ పాద పినాకపాణి గారు కార్లో వెళ్తున్నారు.
పినాకపాణి గారు కర్నూలు చిన్మయ మిషన్ ప్రెసిడెంట్‌గా వుండేవారు. పినాకపాణి గారు అన్నారట చిన్మయానందంతో "What Vivekananda started, you are finishing" అని.
చిన్మయ ఫక్కున నవ్వి "I am completing what he had started, not finishing what he has sarted" అని గలగలా నవ్వారట.

చిన్మయ నామ ఆత్మజ్ఞాన, అద్వైత శిఖరానికి
పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీల మాస్టర్ల అందరి తరపున ఆత్మాభివందనాలు.

స్వాధ్యాయం"

"ధ్యానం" అన్నది ఎంత ముఖ్యమో
"స్వాధ్యాయం" అన్నది కూడా అంతే ముఖ్యం;
అంత కన్నా ముఖ్యం
ధ్యానుల అనుభవాలు పుస్తకరూపం పొందినప్పుడు -. అవి అన్నింటికన్నా ఉత్కృష్టమైన గ్రంథాలు అవుతాయి; ఆ గ్రంథాలను చదవడం అన్నది చాలా, చాలా ముఖ్యం

స్వాధ్యాయం మనిషి యొక్క
నాలుగవ శరీరాన్ని అంటే విజ్ఞానమయకోశాన్ని
శుద్ధి చేస్తుంది, అభివృద్ధి చేస్తుంది.

"సూక్ష్మశరీర యానం"

ముండకోపనిషత్తులో సూక్ష్మశరీరయానం గురించి చక్కగా చెప్పబడింది:

"యం యం లోకం మనసా సంవిభాతి
విశుద్ధ సత్త్వః కామయతే యాంశ్చ కామాన్,
తం తం లోకం జాయతే తాంశ్చ కామాం . . . . ."

-ముండకోపనిషత్ (3 - 10)

విశుద్ధ సత్వః	=శుద్ధాంతఃకరణో మనిష్య
యం యం లోకం; మనసా	=ధ్యానేన
సంవిభాతిః	=ఇచ్చతి
కామయతే యాంశ్చ కామాన్	=యంశ్చ మనోరధా నిచ్చతి తం తం లోకం తాంశ్చ కామాన్
జాయతే	=ప్రాప్నోతి

"పరిశుద్ధమైన మనస్సు వున్న మనిషి ధ్యానంలో ఏ లోకాలను
కోరుకుంటాడో ఆ లోకాలను చూస్తాడు"

- స్వామి దయానంద - పండిత గోపదేవ్ ఆధారంగా

'ధమ్మపదం' లో కూడా బుద్ధుడు ఇలా చెప్పాడు:
"ఆకాసే యన్తి ఇద్ధియా" – అంటే
"యోగులు యోగసిద్ధి బలంతో ఆకాశంలో పయనిస్తారు" -
అని బుద్ధుడి వచనం

"సూత్రప్రాయం - ప్రబంధప్రాయం"

మన వరకు మన **"సూత్రప్రాయం"** గా,
ధర్మాన్నీ, సత్యాన్నీ, ఆత్మజ్ఞానాన్నీ తెలుసుకుంటే సరిపోదు

తదనంతరం,
"ప్రబంధప్రాయం" గా, మరింతగా, ఆత్మానుభవాన్నీ, ఆత్మజ్ఞానాన్నీ విస్తరించుకోవాలి ;
తదనుగుణంగా మన దైనందిక వాస్తవాన్ని సంపూర్ణంగా సృష్టించుకోవాలి

అలాగే ప్రతి వ్యక్తికీ, **"సూత్రప్రాయం"** గా,
సత్యం గురించీ, ధర్మం గురించీ,
ఆత్మజ్ఞానం గురించీ తెలుపడం మన అనివార్యమైన కర్తవ్యం

అంతేకానీ,
అందరికీ **"ప్రబంధప్రాయం"** గా వారి వారి దైనందిన వాస్తవాలను
కల్పింపబూనడం మాత్రం అవివేకం

"ఉద్ధరేదాత్మనాత్మానం ఆత్మానమవసాదయేత్ |
ఆత్మైవహ్యాత్మనో బంధుః ఆత్మైవ రిపురాత్మనః"

(భగవద్గీత 6-5)

"ప్రతి ఒక్కరూ ఈ సంసారం సాగరం నుంచి తమను తామే ఉద్ధరించుకోవాలి ;
తమను తాము ఎప్పుడూ అధోగతిపాలు చేసుకోకూడదు ;
వాస్తవానికి, ఎవరికి వారే శత్రువులు .. మరి ఎవరికి వారే మిత్రులు"

*** ఎవరికీ వారే యమునా తీరే**
*** ఎవరికీ పడి పడి చేయరాదు.**

శ్రీలంక ధ్యానయాత్రలో కాన్సెప్ట్‌లు"
ద్విపాద క్రూర మృగాలు

ద్విపాదక్రూరమృగాలు	: అంటే మాంస భక్షకులు, క్రూర కర్ములు.
1. ద్విపాద పశువులు	: శాకాహారులు. అయితే, మూర్తిపూజలు చేసేవారు. స్వార్థపరులు
2. ద్విపాద మానవులు	: శాకాహారులు, రాళ్ళు రప్పల్ని కాక మానవులలో దైవాన్ని దర్శిస్తూ నిస్వార్థ సమాజ సేవాతత్పరులు.
3. ద్విపాద దేవతలు	: ధ్యానులు. ' నేనవరు ' అనే జిజ్ఞాసాపరులు. తాత్విక స్పృహ కల్గి పరలోక చింతన చేసేవారు.
4. ద్విపాద దేవుళ్ళు	: జ్ఞానులు. ఆత్మానుభవజ్ఞులు. ఆత్మ-పరమాత్మల ఏకత్వాన్ని గుర్తెరిగినవారు. సమదర్శనులు.

"మీరు ఏ కేటగిరీలోకి వస్తారో మీరే బేరీజు వేసుకోండి". క్రూరమృగాలా, పశువులా, మానవులా, దేవతలా, దేవుళ్ళా?

ధ్యాన సాధకులు మాంసాహారం విసర్జించి తీరాలి. "మీ కడుపుల్ని స్మశానాలుగా మార్చుకుంటారా?

" కోడిగ్రుడ్డు? " ... " గ్రుడ్డు వేరు, కోడి వేరూనా?

మీ శరీరం ఒకటి, నోరు లేని మూగజీవానిది వేరా? ఆకు కోస్తే ఆకు మొలుస్తుంది. పీక కోస్తే పీక మొలుస్తుందా? చచ్చు సందేహాలు వదిలిపెట్టండి. మనిషి అన్నవాడు శాకాహారానికే ఉద్దేశింపబడ్డాడు. మనోవాక్కాయకర్మణా ఏ విధమైన హింసకూ పాల్పడరాదు. బుద్ధిగలవాడు వితరణ కోల్పోరాదు. ఎలాంటి హింస తగదు. "

" హింస పెడితే దానవుడు
హింస వీడితే మానవుడు
హంసను పడితే దేవుడు "

"ప్రాణిహింస మహాపాపం. పట్టుచీరలు కట్టినా పాపమే" ... అవును. పట్టుపురుగుల్ని చంపితేనే కదా పట్టుదారం. హింస వలననే అశాంతి. అహింసే ఆత్మశాంతికి ఆలంబనం. పొట్ట నింపుకోవడానికి పట్టెడన్నం చాలు. అందుకోసం ప్రాణుల్ని నంజుకు తినాలి?

ఇంక " ఎంత తినాలి? " అంటే హితవైనది, పోషణకారి, మన శరీరానికి అనువైనది మితంగా, ఆకలి మేరకు, నియమిత వేళలో తినాలి

" స్పిరిచ్యువాలిటీ అంటే ఏమిటి? "

" ఆధ్యాత్మికత ... లేక స్పిరిచ్యువాలిటీ ... అంటే మనలోని ఆత్మతో అనుసంధానించుకునే అనుభవమే (Experiencing the Soul). "
ధ్యానం అంటే శ్వాస మీద ధ్యాస నిల్పడం. మనస్సుని శూన్యం అంటే ఆలోచనా రహితం చేయడమే ధ్యానం . . . ధ్యానం ద్వారానే ఆధ్యాత్మికత లభిస్తుంది. ఆత్మజ్ఞానం, ఆత్మానుసంధానం సాధ్యపడుతుంది. విత్తనంలో చెట్టు నిక్షిప్తమై ఉంది.

ఆ విత్తనానికి నీరు జోడిస్తేనే అది మొలకెత్తుతుంది. అలాగే జీవగతమైన యీ ఆత్మ పరమాత్మగా పరిణితి చెందాలంటే ధ్యాన జలాలతో దాన్ని తడపాలి. వెదురుబొంగు తనలోని వ్యర్థ పదార్థాన్ని తొలగించి నవరంధ్రాలను తెరచి ఉంచినప్పుడే వెదురు వంశీగా మారి మాధవుని పెదవులను చేరి ముగ్ధ గీతాలాపనలను అందుకోగలుగుతుంది. అలాగే నిన్ను నువ్వు శూన్యం చేసుకుంటే ఆత్మనాధం పలుకుతుంది. నీలోని అహం (దేహమే నేననే సీమిత స్థూలభావన) ను శూన్యం చేసుకుంటే మిగిలినదంతా ఆత్మ చైతన్యమే. సర్వం శక్తిమయం. సర్వం ఏకం. సత్యం, నిత్యం, శక్తిమయం.

శూన్యంలోనే శక్తిప్రసారం జరుగుతుంది. శ్వాస మీద ధ్యాస నిల్పి మెదడు ఆలోచనా రహితం చేసిన వెంటనే విశ్వశక్తి బ్రహ్మరంధ్రం ద్వారా అఖండంగా ప్రవేశించి నీలో అంతా నిండిపోతుంది. అంతా ఒక పూర్ణత్వం. నువ్వు అదే. నేను అదే. అది అదే. అంతా అదే అనే విశ్వ స్వరూప దృష్టి అవతరిస్తుంది. అఖండమైన సర్వవ్యాపకమై విలసిల్లే ఆ అనంతశక్తి వైవిధ్య సృజనాత్మక ప్రదర్శనమే ఈ సృష్టి సమస్తం. ఈ వ్యక్తప్రపంచ స్వరూపం. సచేతన పుష్పాలన్నిటినీ ఒక దివ్య హారంగా కూర్చే దారం. అంతా శూన్యమే.

విజ్ఞత + సమర్థత + అప్రమత్తత = బుద్ధత్వం

"ధ్యానం ద్వారా విజ్ఞత లభిస్తుంది,
సమర్థతో జీవన ధర్మాన్ని ఆచరించాలి.
అప్రమత్తతో సర్వత్రా వ్యవహరించాలి."

అందులోనే ఉంది జీవన విజయ రహస్యం. ఆ విధంగా ధ్యాన సాధన ద్వారా సత్య జ్ఞానాన్ని పొంద్ సన్మార్గ వర్తనులై సమర్థతతో అప్రమత్తంగా వ్యవహరించే వారిని విజయ కోరి వస్తుంది. వారికి దైన్యం, దిగులు, నీరసం, నిస్పృహ, రోగం, రొష్టు, అశాంతి, అపజయం ఎందుకుంటాయి ? శాంతి, విశ్రాంతి వారికి కరతలామలకాలు.

వారి వ్యవహారంలో ' దండగ ' అన్నది ఉండదు. ప్రతిక్షణం పండుగే. అత్యంత జాగరూకతతో ఉండి తాను చేయవల్సిన విధి విహితాలను గురించి పూర్ణ విజ్ఞానం సంపాదించి జీవన అవకాశాలను, వనరులను వివేకంతో సమర్థవంతంగా వినియోగించి త్రికరణశుద్ధిగా వ్యవహరించే వారికీ ఏ పనీ ' శ్రమ ' కాదు. ఏదీ ' భారం ' కాదు. ఏ విధమైన ' బాధ ' పడరు. విజయం పట్ల విశ్వాసంతో విశ్రాంతిగా, నిశ్చింతంగా, నిస్సందేహంగా, నిశ్చలంగా ఉండగలుగుతారు.

కనుక, జీవితంలో నిజమైన శాంతిని విశ్రాంతిని కోరుకునేవారు ... విజ్ఞత, సమర్థత, అప్రమత్తత అనే త్రిసాధనాలను అలవర్చుకోవాలి. సోమరిపోతులకూ, మూర్ఖులకూ, అవిశ్వాసలకూ ప్రకృతి విషమ ఫలాలలన్ అందిస్తుంది.
విషయాన్ని తీవ్ర విచారణ చేసి పూర్తిగా అవగాహన తెచ్చుకోవాలి. అలా సంపాదించిన విషయ పరిజ్ఞానాన్ని నిజ జీవితంలో ఆచరణ చేయాలి. ప్రయోగం చేసుకుని తద్వారా నిశ్చితమైన అనుభవజ్ఞానంగా దాన్ని ధృవీకరించుకోవాలి. అప్పుడే దాన్ని గురించి ప్రసంగించే హక్కు, ప్రచారం చేసే యోగ్యత కలుగుతాయి. పరిపూర్ణ అవగాహన, ఆచరణ లేని వాక్ప్రచారం సారహీనం. సత్యదూరం. వ్యర్థ ప్రసంగం వ్యాసంగంగా మిగిలిపోతుంది. దాని ప్రభావం శూన్యం. అందుకే కావాలి విజ్ఞత. ఆచరణలో సమర్థత, అప్రమత్తత ... ' సింహవలోకనం ' అంటారు. ముందుచూపు వెనుకచూపు అంటే ప్రమాదాలు రాకుండా లభించిన ప్రయోజనాలు చేజారిపోకుండా వుండడమే అప్రమత్తత. అప్పుడే సాధ్యం కార్యానుకూలత. కార్య విజయం. రక్షణ, సంక్షేమం అనేవి మానవ సమాజపు రెండు ముఖ్య లక్ష్యాలు కదా. అందుకు అందరూ విజ్ఞానం, ఆచరణ, అప్రమత్త సాధన సాధించాలి.
" ధ్యాన స్థితిలో కూర్చుని వున్న బుద్ధ మూర్తి శివపార్వతీ తత్వం" . అంటే ధ్యానం ద్వారా జ్ఞాన సిద్ధి ... నిశ్చలంగా నిలబడి వున్న బుద్ధమూర్తి " కార్యోన్ముఖతకు, సృజనాత్మకతకు ప్రతీకగా బ్రహ్మ వాగేశ్వరీ స్వరూపం ". అంటే, సమర్థతకు, కార్యాచరణకు చిహ్నం. ఆ విధంగా పాలసంద్రం లాగా స్వచ్ఛతతో, అప్రమత్తతతో, ప్రణాళిక బద్ధంగా, కాలబద్ధంగా కార్యసాధన చేస్తే ఆ పైన పొందేది నిశ్చయ విశ్రాంతి, విరామాలే. అదే " పాలసంద్రాన శేషతల్ప గతుడై నిశ్చింతగా ముక్త మనస్కుడై యోగనిద్రా వశుడై పవళించే విష్ణుతత్వం ". అట్టి వానికి సిరి దాస్యం చేస్తుంది. విజయం కోరి తలుపు తడుతుంది. అదే శయనించే బుద్ధ శిల్పంలోని తత్వ రహస్యం. అదే ముక్త స్థితి. సమాధి స్థితి.

అన్నీ వున్న పూర్ణత్వం ... దేనికీ తాపత్రయపడని ప్రశాంత తత్వం ... అన్నీ వున్నా ఏదీ కోరని నిష్కామ తత్వం, నిర్మల తత్వం, నిశ్చల తత్వం, జీవన్ముక్తి. జీవించి ఉండే అటువంటి మానసిక, బుద్ధి, పరిణితిని పరిపక్వతని పొందాలి. కోరికతో కాక కర్తవ్యతా దృష్టితో కార్యనిర్వహణ చేసేవారికి ఏ తాపత్రయాలు ఉండవు. ఏ నిరాశా నిస్పృహలు ఉండవు. అన్నింటా తృప్తులై ఉంటారు. అట్టివారి తలపులు, వాక్కులు, కర్మలు అన్నీ హితకరములై ఉంటాయి. ఆత్మహితములు లోకహితములు కూడా.

శ్రీ బాలయోగీశ్వరులు

ముమ్మిడివరం సోదరులు శ్రీ బాలయోగుల జీవితాలు రెండు మహా అద్భుతాలు.
వారి స్వంత జీవితాల కన్నా యోగసాధన కూ, యోగ సిద్ధి కీ, సత్యప్రదర్శన కూ ఇంకా ప్రత్యక్ష నిదర్శనాలు ఏవి వుండగలవు?
ముమ్మిడివరం శ్రీ పెద్ద బాలయోగి నడచిన బాటలో ఆయన తమ్ముడు నడిచాడు.

తీవ్రాతితీవ్రమైన యోగసాధనార్ధం భౌతిక శరీరంతో ఎంతగా ఆడుకున్నారు ఆ ఇరువురు. చుట్టుప్రక్కల వున్న ప్రజలు ఎంతటి మూర్ఖులో, చుట్టుప్రక్కల ప్రపంచం ఎంత మూర్ఖమైనదో నోరు విప్పకనే ఎలుగెత్తి చాటి చెప్పారు.
దేహానికి ఆహారం అవసరం లేదు అన్నది వారి ప్రధానమైన జీవన సందేశం. ఇంకెక్కడి భౌతిక శాస్త్రం? ఇంకెక్కడి మెడికల్ సైన్స్?
అయినా అలాంటి యోగులతో తాము కూడా సమకాలీన యోగులు కావడానికి ఎవ్వరూ నడుము కట్టడం లేదు. ఎంత విషాదకరమైన విషయం.
శ్రీ పెద్ద బాలయోగి జీవితంలో ఒక్కటే ఒకసారి జ్ఞాన ప్రసంగం చేసారు. అదే ఆయన సూత్రాల పట్టిక.
తెలుసుకోవలసిన సత్యం అంతా ఆ చిన్ని పట్టికలో ఇమిడి ఉంది.
పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ మాస్టర్లకు ఆ ఇద్దరు యోగులూ అత్యంత ఆదర్శమూర్తులు.
ఎప్పటికైనా ముమ్మిడివరంలోని ఆశ్రమం దేశంలో అతి పెద్ద ధ్యానకేంద్రంగా రూపుదిద్దుకోవాలి.

ముమ్మిడివరంలో, ముమ్మిడివరం చుట్టుప్రక్కల గ్రామాల్లో, తూర్పు గోదావరి జిల్లా మొత్తంలో, ఆంధ్రరాష్ట్రం అంతా; యావత్ భారతదేశంలో అందరూ, ప్రతి ఒక్కరూ యోగ మూర్తులు కావాలి.
అదే పై లోకాలలో వున్న ఆ ఇద్దరు దివ్యమూర్తులు పంపే సందేశం.
కళ్ళు తెరుచుకుని వుండడాన్ని ఇకనైనా తగ్గిద్దాం; కళ్ళు మూసుకుని వుండడాన్ని ఇకనైనా మరి హెచ్చిద్దాం.
ఎప్పుడూ తింటూ వుండడాన్ని తగ్గిద్దాం, తినకుండా వుండడాన్ని ఒకింత హెచ్చిద్దాం.
శ్వాసాహారిగా ఎక్కువ పాళ్ళల్లో వుందాం. శక్తి ఆహారి గానే అధిక శాతం విలసిల్లుదాం.

శ్రీ సత్యసాయి

ప్రపంచంలో ప్రజలు రెండు రకాలుగా వున్నారు

1. నాస్తికులు   2. ఆస్తికులు

ఈ కళ్ళకు కనబడేదే సత్యం ; ఈ కళ్ళకు కనబడని దానికి ఉనికే లేదు...అన్నదే నాస్తికత్వం.
భౌతిక చక్షువులకు ఎంత మాత్రం అందనివీ, మరి దివ్యచక్షువుతోనే ప్రస్ఫుటమయ్యేవీ, వున్నాయి అని చెప్పేదే ఆస్తికత్వం.

దివ్యచక్షువుతో ప్రస్ఫుటమయ్యే ఆత్మపదార్థమే సకల భౌతికతలకూ మూలధారం అనేదే మూల ఆస్తిక సిద్ధాంతం
సృష్టిలో అనాది నుంచీ నాస్తికతకూ, ఆస్తికతకూ పరస్పర ఘర్షణ జరుగుతూనే వుంది.

నాస్తికులు సదా దుఃఖభాజనమైన జీవితాలను గడుపుతూనే వున్నారు. ఆస్తికులు సదా ఆనంద డోళికల్లో తేలుతూ జీవితాలను గడుపుతూ నిత్యప్రగతిని సాధిస్తూనే వున్నరు.

సర్వదేశకాల పరిస్థితులలోనూ మహాత్ములు స్వచ్ఛమైన ఆస్తికతను ప్రభోధించడానికి అవతరిస్తూనే వున్నారు

అలాంటి మహాత్ములలో నేటి సత్యసాయి అగ్రగణ్యులు. నాస్తిక మూర్ఖులను ఆస్తిక విజ్ఞులుగా తయారు చేయడమే వారి జన్మధ్యేయం.

నాస్తికతే సర్వ రోగాలకూ, సర్వ ఆందోళనలకూ, సర్వ వెతలకూ, సర్వ భయాలకూ, సర్వ యుద్ధాలకూ మూల కారణం. స్వచ్ఛమైన ఆస్తికతే సకల ఆరోగ్యాలకూ, సకల సౌభాగ్యాలకూ, సకల సిద్ధులకూ మూల బీజం.

ప్రపంచ వ్యాప్తంగా లక్షలాదిగా శ్రీ సత్యసాయి గారి త్యాగమయ జీవితం ద్వారా మూర్ఖ నాస్తికత్వం నుంచి చక్కటి ఆస్తికత వైపు మరల్చబడ్డా రు- మరల్చబడుతున్నారు. శ్రీ సత్యసాయి గ్రాండ్ మాస్టర్ గారికి పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీల ధ్యానులందరి తరపున, మరి నా తరపున వినమ్ర నమస్సుమాంజలులు
అయితే, స్వచ్ఛమైన ఆస్తికత నుండి ఇంకా, ఇంకా ముందుకు మనం పురోగమించవలసింది వున్నది. అదే మన స్వంత సిద్ధత్వం వైపు.. మన స్వంత బుద్ధత్వం వైపు.

శ్రీ సత్యసాయి చూపించిన మార్గంలో మనం పయనిస్తూ అంతటి త్యాగ పురుషులంగా మనమూ అవ్వాలి. అప్పుడే అప్పుడే వారికి పూర్ణఆనందం.
అలాగే గౌతమ బుద్ధుడు లాంటి వారు చూపించిన మార్గంలో మనం కూడా పయనిస్తూ క్రమక్రమంగా అన్నీ సాధిస్తూ మనం కూడా మన స్వంత సిద్ధత్వాన్నీ, బుద్ధత్వాన్నీ సంపాదించుకోవాలి. ఇదే ఆ యొక్క గ్రాండ్ మాస్టర్స్ కి ప్రియతమమయినది. అదే వారు మన నుంచి కోరుకునేది..

సిద్ధత్వం అనేది మరి నిరంతర ధ్యాన సాధన ద్వారానే సాధ్యం..
ధ్యానాసాధన అంటే ఆనాపానసతి-విపస్సన సాధన మాత్రమే
అలాగే, నిరంతర జ్ఞాన, ధ్యాన బోధనల ద్వారానే మనం బుద్ధుళ్ళమయ్యేది
ప్రథమ పక్షంగా నాస్తికులు ఆస్తికులు కావాలి. ద్వితీయ పక్షంగా ఆస్తికులు ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర జ్ఞులుగా ఎదగాలి.
ధ్యానం వల్లనే జ్ఞానం - జ్ఞానం వల్లనే ముక్తి..

శ్రీ రమణ మహర్షి

భారతదేశ ఆధ్యాత్మిక ముద్దుబిడ్డలలో అగ్రగణ్యుడు రమణ మహర్షి.
పసితనంలోనే జ్ఞానోదయం అయినవాడు..
చిన్నతనంలోనే బంధ విముక్తుడు కావాడానికి ఉర్రూతలూగిన వాడు.
జీవితంలో ఒక్క పలుకు కూడా వృధా పరచలేదు ఈ మహర్షి..
ఆత్మనిష్టలో, బ్రహ్మ నిష్టలో ప్రతి క్షణం జీవించినవాడు.
నేనెవరు? అనే మహా ప్రశ్న యొక్క విచారణకూ, ఆ మహా ప్రశ్న యొక్క నిరంతర
విశ్లేషణకూ అవతారరూపులైనవారే రమణ మహర్షి.
తాను ఎవరో తాను తెలుసుకుని జీవించే జీవితమే దివ్య జీవితం.
తాను ఎవరో తనకు తెలియకుండా జీవించే జీవితం అడుగడుగునా భయాందోళనలమయం..
పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ యొక్క ధ్యానులందరూ తమను తాము సంపూర్ణంగా ఎరిగినవారు.. ఆ
విధంగా దివ్య జీవితాన్ని అనుక్షణమూ అనుభవిస్తున్నారు.

నేను ను తెలుసుకోవాలంటే చిత్తం పూర్తిగా వృత్తి శూన్యం అవ్వాలి. అప్పుడుఒక క్రొత్త నేను ఆవిర్భవిస్తుంది.
అది విశ్వమంతా తానే అయివున్న నేను, సృష్టి అంతా తానే అయివున్న నేను, ఏదయితే ప్రథమ సృష్టి కర్తో
అదే తాను అయివున్న నేను..
ఏదైతే రమణ మహర్షి గారికి సుసాధ్యమో అది అందరికీ సుసాధ్యమే..
ఆధ్యాత్మిక సూత్రాలు అన్ని దేశాలలోనూ, అన్ని కాలలలోనూ, అన్ని ప్రదేశాల లోనూ అన్ని వర్ణ, కులాల,
వ్యక్తులకూ సరిసమానంగా వుంటాయి.

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ వారు ఆ మౌలిక ఆధ్యాత్మిక సూత్రాలను సంపూర్ణంగా అవగాహన
చేసుకున్నవారు. అవగాహన చేసుకుని ఆ సూత్రాలను అనునిత్యం అందరికీ ప్రభోధిస్తున్నవారు.ప్రతి మనిషీ
మహర్షి కావాలి.. మహర్షి అంటే మహా ఋషి అంటే గొప్ప ద్రష్ట అంటే గొప్ప మూడో కన్ను కలిగివున్నవాడు,
అదే విధంగా ఇంకా ఎదిగి బ్రహ్మర్షి కావాలి; బ్రహ్మర్షి అంటే సృష్టి రచన అంతా తెలుసుకున్నవాడు. అందరూ
మహర్షులుగా, బ్రహ్మర్షులుగా అయితీరాలి. అందుకు"ఆనాపానసతి-విపస్సన" ధ్యాన విధానం ఒక్కటే మార్గం..

షోలాపూర్‌లో పత్రీజీ కాన్సెప్ట్‌లు"

"నోటిని కట్టేస్తే మౌనం . . దానివలన మన శక్తిని ఆదా చేసినట్లు అవుతుంది." "మహాత్మా గాంధీజీ వారంలో ఒకరోజు మౌనంగా ఉండేవారు."
"మనస్సును మౌనంగా. . అంటే ఆలోచనలు లేకుండా . . ఉండటమే ధ్యానం; ప్రతి ఒక్కరు వారి ఆరోగ్యం, ప్రశాంతత, ఆధ్యాత్మికత, ఎదుగుదల కోసం చేయవలసింది ధ్యానమే."

నలభై రోజులు ధ్యానం చేస్తే ' ధ్యాని ' అవుతారు
మరో నలభై రోజులు ధ్యానం చేస్తే ' యోగి ' అవుతారు
మరో నలభై రోజులు ధ్యానం చేస్తే ' ఋషి ' అవుతారు
మరో నలభై రోజులు ధ్యానం చేస్తే ' మహర్షి ' అవుతారు
మరో నలభై రోజులు ధ్యానం చేస్తే ' బ్రహ్మర్షి ' అవుతారు

భౌతిక శరీరం	-	చూపుడువ్రేలు మాతాపితానుసారిణీ - అద్దంలో చూడవచ్చు.
మనస్సు	-	ఉంగరపువ్రేలు సమాజానుసారిణీ - చేసే కర్మలను బట్టి తెలుస్తుంది
బుద్ధి	-	మధ్యవ్రేలు కర్మానుసారిణీ - గురువుకి తెలుస్తుంది
ఆత్మ	-	చూపుడువ్రేలు సర్వాత్మానుసారిణీ - ధ్యానంలో దొరుకుతుంది
సర్వాత్మ	-	బొటనవ్రేలు ఏ ' అనుసారిణీ ' కాదు - చూడటానికీ ఏమీలేదు ..

"పరమాత్మలు అనేకం; సర్వాత్మ ఒక్కటే. నిస్వార్థంతో మహాత్ములు అవుతారు. ధ్యానంతో, ఆత్మానుభవంతో, బ్రహ్మాత్మానుభవంతో **' పరమాత్ములు '**అవుతారు. కనుక అందరూ ధ్యానం చేయాలి."
"మౌనం గొప్పది. భజన గొప్పది. అయితే ధ్యానం అన్నింటికంటే గొప్పది. ధ్యానం చేసే రోజు అతిగొప్పరోజు. ధ్యానం గురించి అందరికీ చెప్పి పుణ్యం మూటగట్టుకోవాలి. మాంసం మానమని చెప్తే పుణ్యం. మీ డబ్బు మీ మీ సంసారాలది. అయితే, మీ వాక్కు ప్రపంచానిది. కనుక ఈ వాక్కును ధ్యానం, జ్ఞానం గురించి చెప్పేందుకు ఉపయోగించుకుంటే ఎంత పుణ్యమో. ఈ పుణ్యాన్ని మాత్రమే మనం చనిపోయినప్పుడు మన వెంట తీసుకునివెళ్తాం."

"ఆధ్యాత్మికత అంటే మనల్ని గురించి తెలుసుకోవటమే. ఎలాగైతే ఏనుగు తోక నుంచి తల వరకు తెలుసుకుంటేనే ఏనుగు గురించి తెలుస్తుందో అలాగే మన భౌతిక శరీరం కాక సూక్ష్మశరీరం గురించి తెలుసుకుంటేనే మన పూర్ణ స్వరూపం తెలుసుకున్నట్లు. కేవలం మన భౌతికశరీరం గురించి మనకు తెలిస్తే, కేవలం మన తోక గురించే మనకు తెలిసినట్లుగా వుంటుంది. ఈ రోజు నుంచి మనందరం మన పూర్ణస్వరూపాన్ని తెలుసుకునే లక్ష్యం పెట్టుకుందాం.

స్థూలశరీరం - ఏనుగు తోక
సూక్ష్మశరీరం - ఏనుగు కాళ్ళు
కారణశరీరం - ఏనుగు పొట్ట
మహాకారణశరీరం - ఏనుగు కుంభస్థలం

"జీవితంలో సఫలత పొందాలంటే మహాకారణ శరీరంలో విరాజిల్లాలి. మన విరాట్‌శరీరం బ్రహ్మాండం. ఇదే ' అహం బ్రహ్మాస్మి ' అంటే. స్థూలశరీరం నుంచి బ్రహ్మాండం వరకు అన్నీ అనుభవంలోకి రావాలంటే ధ్యానం ఒక్కటే మార్గం. ఆకాశతత్వాన్ని పొందాలంటే వాయుతత్వమైన శ్వాసను పట్టుకోవాలి. అందుకే శ్వాసతో కలిసి వుంటే ముక్తిమార్గం. అదే తీర్థయాత్ర.. ముక్తిమార్గం కాశీలో, హిమాలయాల్లో లేదు. శ్వాసలో వుంది. శ్వాసానుసంధానం అంటే శ్వాస మీద ధ్యాస పెట్టి చేసి ముక్తులవ్వాలి."

శివుడు - ఇద్దరు పెళ్ళాలు

శివుడు అంటే ఆనందమయుడు.
ఎప్పుడూ అనందంగా వుండేవాడే శివుడు.
ఇద్దరు పెళ్ళాలుంటేనే ఎప్పుడూ ఆనందంగా వుండేది.
ఒక పెళ్ళాం సరిపోదు.
మొదటి పెళ్ళాం - ప్రాపంచిక అయితే, రెండవ పెళ్ళాం - ఆధ్యాత్మికం.
మొదటి పెళ్ళాం పార్వతి అయితే రెండవ పెళ్ళాం ఆకాశ గంగ.
ఆకాశ గంగ అంటే కాస్మిక్ ఎనర్జీ - ఈ రెంటినీ ఎప్పుడూ ఉపయోగించుకుంటేనే ఎప్పుడూ ఆనందం. అలా చేసే వాడే శివుడు.
కేవలం భౌతికత మీద కానీ, కేవలం ఆధ్యాత్మికత మీద గానీ ఆధారపడి వుండే వాళ్ళకు ఆనందం వుండేది యాభైశాతం మాత్రమే.
మనిషి నూటికి నూరు శాతం జీవించాలి.

పగలు ప్రాపంచికం ఉండాలి; రాత్రి ఆధ్యాత్మికం వుండాలి.
పగలు ఫిజికల్ బాడీని ఉపయోగించాలి; రాత్రి ఆస్ట్రల్ బాడీని ఉపయోగించాలి.
సంసారమే నిర్వాణం అన్నాడు కదా - మహా మేధావి నాగార్జునుడు.
సంసారం అంటే కేవలం భౌతికత్వమే కాదు;
ఆధ్యాత్మికం కూడా, అన్నది ఆయన ఆంతర్యం.ఇద్దరు పెళ్ళాలతో చక్కగా సంసారం చేస్తేనే నిర్వాణం.సంసారమే నిర్వాణం, సంసారమే నిర్వాణం, సంసారమే నిర్వాణం.

" శివుడు - మూడవకన్ను "

శివుడికి" మూడవకన్ను " ఉంటుందట
" మూడవకన్ను " తెరిస్తే అంతా భస్మమవుతుందట నిజమే !

" శివ " అనే పదానికి " ఆనందం " అని ఒక అర్థం
" మంగళకరం " అనే మరో అర్థం కూడా ఉంది
కనుక, " శివుడు " అంటే " ఆనందమయుడు " అని
" మంగళకర జీవితం జీవిస్తున్నవాడు " అని
అయితే, ఈ " శివ పదవి " ఎలా సాధ్యం ?

ఎవరైతే తమ తమ " మూడవకన్ను " ను
అంటే " ఆత్మచక్షువు " ను
అంటే, " అతీంద్రియ శక్తులను " ఉత్తేజపరచుకుంటారో
వారందరూ శివుళ్ళే అవుతారు
" మూడవకన్ను " ఉన్న ప్రతి మనిషీ " శివుడు " అనబడతాడు
ఎప్పుడైతే మన దివ్యచక్షువు సంపూర్ణంగా విచ్చుకుంటుందో
అప్పుడే మన అజ్ఞానం భస్మమవుతుంది
అప్పుడే, మన వికారాలు భస్మమయి అంతమవుతాయి

*** ధ్యానం ద్వారానే " మూడవకన్ను " ఉత్తేజితమయి**
" శివ పదవి " లభ్యమవుతుంది
*** " మూడవ కన్ను " ఉత్తేజితమయితే**
ఇక " మాయ " అంతా భస్మమవుతుంది

శివుడు - త్రినేత్రుడు"

" దివ్యచక్షువుకు పూర్వం 'జీవుడు' .. దివ్యచక్షువు ఉత్తేజితం తర్వాత 'శివుడు' "

" శివ " అనే పదానికి " ఆనందం " అని అర్థం
" మంగళకరం " అనే మరో అర్థం కూడా ఉంది
కనుక
" శివుడు " అంటే " ఆనందమయుడు " అని అర్థం
" శివుడు " అంటే " మంగళకర జీవితం జీవిస్తున్నవాడు " అని అర్థం
అయితే, ఈ " శివ పదవి " ఎలా సాధ్యం?
శివుడికి " మూడవ కన్ను " ఉంటుందట
ఎవరెవరయితే తమ తమ " మూడవకన్ను " ను
అంటే, " ఆత్మచక్షువు "ను అంటే, " అతీంద్రియ శక్తులను "
ఉత్తేజపరచుకుంటారో
వారందరూ " శివుళ్ళే " అవుతారు
దివ్యచక్షువుకు పూర్వం " జీవుడు " .. దివ్యచక్షు ఉత్తేజితం తర్వాత " శివుడు "
" మూడవకన్ను " ఉన్న ప్రతి మనిషీ " శివుడు " అనబడతాడు
" మూడవ కన్ను " తెరిస్తే మరి అంతా భస్మమవుతుందట .. నిజమే !
ఎప్పుడైతే మన " దివ్యచక్షువు " సంపూర్ణంగా విచ్చుకుంటుందో
అప్పుడే మన ప్రాపంచికపరమైన అజ్ఞానం భస్మమవుతుంది
అప్పుడే, మన వికృతీ వికారాలు అన్నీ శాశ్వతంగా అంతమవుతాయి

ధ్యాన సాధన ద్వారానే " మూడవ కన్ను " ఉత్తేజితమవుతుంది
ధ్యాన సాధన ద్వారానే " శివ పదవి " లభ్యమవుతుంది
" మూడవ కన్ను " ఉత్తేజితమయితే " మాయ " అన్నది భస్మమవుతుంది
" మాయ " అన్నది శాశ్వతంగా " మాయం " అవుతుంది.

శివతత్వాన్ని సంపూర్ణంగా అర్థం చేసుకోవాలి "

ఇహలోకంలో శివపుత్రతత్వం మరి పరలోకంలో శివతత్వం ఉంటాయి. కనుక శివపుత్రులమైన మనం ఇహలోకంలో ఉంటూనే పరలోకంలోని శివతత్వంలోని పరవశత్వాన్ని పొందితీరాలి. ఇది సాధ్యం కావాలంటే మనకు నిరంతర ధ్యానజ్ఞాన సాధన ఒక్కటే మార్గం.

సంగీతం, నృత్యం, ధ్యానం .. ఈ మూడూ కలిస్తేనే ఆత్మవికాసం ఆకాశాన్ని అంటుతుంది. కేవలం డబ్బు సంపాదనే ధ్యేయంగా జీవిస్తూ .. అనాగరికుల్లా మాంసాహారాన్ని భుజించే వారంతా కూడా .. 'శివరాత్రి పూజలూ, జాగరణలూ చేయడం వల్ల లాభం ఏమీ ఉండదు' అన్న సంగతి గ్రహించాలి.

ఒక ముక్కంటి మాత్రమే మరొక ముక్కంటిని గుర్తించగలడు. కనుక శ్వాస మీద విశ్వాసంతో శివతత్వాన్ని సంపూర్ణంగా అర్థం చేసుకోవాలి, మరి శివుడు ఎంతటివాడో మనం కూడా అంతటివాళ్ళం కావాలి. అంతేకాదు మనం 'శివోహం' .. 'సత్యోహం' .. 'నిత్యోహం' .. 'ఆత్మోహం' .. 'అనంతోహం' మరి 'శాశ్వతోహం' .. అని కూడా తెలుసుకోవాలి.

ఆ పరమ శివుడు చెప్పింది ధ్యానం, చేసింది ధ్యానం. ఆయన ధ్యానంలో నిష్ణాతుడై తన మూడవకంటిని తెరిపించుకుని దివ్యదర్శనాలన్నీ చేసాడు. పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ వారి ఏకైక లక్ష్యం మరి వారి జన్మకారణం .. 'మనకూ శివుడికీ ఏ మాత్రం తేడా లేదు' అంటూ ప్రతి ఒక్కరికీ చాటి చెప్పడమే మరి అది వాళ్ళకు స్వానుభవం అయ్యేంతవరకు వారిని ధ్యానం చేసేలా ప్రోత్సహించడమే.

ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో ప్రజలకు కావలసింది 'పాహిమాం', 'పాహిమాం' అంటూ అర్థించే దేవాలయాలు కావు. ధ్యానం చేసి తమలో ఉన్న ఆత్మశక్తిని వెలికి తీసుకుని తమను తామే ఉద్ధరించుకోగలిగే ధ్యాన పిరమిడ్‌లు కావాలి. ఇది ఏ మతానికో, ఏ ఇజానికో సంబంధించినవి కావు. ఇది కేవలం శక్తిక్షేత్రాలు మాత్రమే. మనం ఇంకా ఇంకా ఎక్కువ పిరమిడ్‌లను నిర్మిస్తూ ఈ భూమిని శక్తిమయం చేయాలి .. మరి రాబోయే సత్యయుగంలోకి శక్తివంతుల్లా ప్రవేశించాలి.

" మహా శివరాత్రి ధ్యాన సందేశం ... కైలాసపురి "

" మిత్రులారా, ఈ రోజు మహాశివరాత్రి, మహాశివరాత్రి ఊరు, వాడ అందరితో సామూహికంగా మహాధ్యానం చేసుకునే దివ్యమైన రోజు ! ప్రతిరోజూ నిత్య ధ్యాన సాధన మనం చేసుకుంటూ వుంటాం. అలాగే ప్రతినెల 'మాసశివరాత్రి' అని వస్తుంది. 'మాసశివరాత్రి' రోజున కుటుంబ సభ్యులు అందరితో విశేషంగా .. సామూహిక ధ్యాన సాధన చేసుకోవాలి. అది నెలకు ఒక పండుగ .. ప్రతిరోజూ మన సాధన, ప్రతినెల కుటుంబ సభ్యులతో సామూహిక సాధన ; మరి ప్రతి సంవత్సరం మహాశివరాత్రి నాడు ఊరు, వాడ జనులతో కూడి చేసుకునే మహా ధ్యానసాధన.

" కనుక, మహాశివరాత్రి రోజున విశేషంగా ధ్యానంలో మునగాలి. పిరమిడ్ శక్తిని ఉపయోగించుకుంటూ, నాద-ధ్యానం చేసుకోవాలి. శివుడు ఎప్పుడూ ధ్యాన ముద్రలోనే ఉంటాడు. మనం కూడా మహాశివుడులా అవ్వాలి ! మూడోకన్ను ఉత్తేజితం చేసుకోవాలి ; సమస్త జ్ఞానం తెలుసుకోవాలి. ' మహాశివరాత్రి అంటే అది మహాధ్యానం కోసమే ' " అని తమ సందేశాన్ని ఇచ్చారు.

" శ్వాస శాస్త్రం ... ఆత్మశాస్త్రం "

" శ్వాస మీద ధ్యాస "

" మతం మూలాల్లో ఉన్నది మౌలికమైన ఆధ్యాత్మికత
ఆధ్యాత్మికత మూలాల్లో ఉన్నది ఆత్మశాస్త్రం
ఆత్మశాస్త్ర మూలాల్లో ఉన్నది ధ్యానశాస్త్రం
ధ్యానశాస్త్ర మూలాల్లో ఉన్నది శ్వాస మీద ధ్యాస ! "

ఇలా అన్ని శాస్త్రాల యొక్క ఆధారం " శ్వాస " మాత్రమే! ఈ శ్వాసే మన ప్రాణం. ఈ శ్వాసే మన జీవితం ! శ్వాస శక్తే ప్రాణశక్తి .. ప్రాణశక్తే ప్రకృతి శక్తి .. ప్రకృతి శక్తే మరి విశ్వశక్తి! అంటే ఈ జగత్తుకంతటికీ జీవనాధారమైన ఈ విశ్వశక్తే నీళ్ళల్లో, మొక్కల్లో, జంతువుల్లో ప్రకృతి శక్తిగా, ప్రాణశక్తిగా మరి శ్వాసశక్తిగా మారి .. వాటి ఎదుగుదలకూ, వాటి మనుగడకూ తోడ్పడుతూ ఉంది. ఇలా విశ్వంలోని సకల చరాచరాలన్నింటిలోని ఈ మూలశక్తి ఆధారంగా వాటన్నింటినీ ఒకేచోటుకి చేర్చి మళ్ళీ కలపడమే " మతం " లేదా "Religion "!

" Re-ligate " అంటే " మళ్ళీ కలపడం "! కనుక ఇలాంటి వేరుపడిపోయిన ఆత్మలను అన్నింటినీ మళ్ళీ కలపగలిగే మూలచైతన్య శక్తిని గురించి విశేషంగా, అధ్యయనం చేయడమే మన అసలైన మతం ! అదే మన " ఆత్మశాస్త్ర మతం " !!

" ధ్యాన శాస్త్రం "

శ్వాసశక్తే మన మనుగడకు జీవనాధారం ! మరి ఈ శ్వాస శక్తే మనల్ని మన మూలాల్లోకి తీసుకునివెళ్తుంది. ఎప్పుడైతే మనం శ్వాసానుసంధానం చేస్తామో అప్పుడు శ్వాస సూక్ష్మమై .. మనస్సు శూన్యమై .. పరిశూన్యమై విస్తారంగా విశ్వమయ ప్రాణశక్తి మనలోకి ప్రవహించి, మన దివ్యచక్షువు ఉత్తేజితం అవుతుంది .. మనం సూక్ష్మశరీరయానాలు చేస్తాం ! ఇలా మన ఆత్మశ్శక్తి అనంతంగా మనకు నిదితమవుతూ ఉంటుంది. ఇదంతా కూడా సరియైన " ధ్యానశాస్త్రం ".

" ఆత్మశాస్త్రం "

విశేష ధ్యానాభ్యాసం ద్వారా ఎప్పుడైతే మన ఆత్మ మేల్కొంటుందో అప్పుడు ఆత్మశక్తి ద్వారా మనం మన గతజన్మలు ఎన్నెన్నో తెలుసుకుంటాం. " మనం ఎన్నెన్నో జన్మలు, ఎత్తుతూ మరెన్నో అనుభవాలను గడిస్తూ ఉన్నాం " అని తెలుసుకుంటాం .. " ఇంకా క్రొత్త, క్రొత్త అనుభవాల కోసం ఈ జన్మ మళ్ళీ తీసుకున్నాం " అన్న సంగతి కూడా ఆత్మశాస్త్ర అభ్యాసం ద్వారా పొందే ఆత్మజ్ఞానం వల్లనే మనకు అవగతమవుతుంది.

" నేను శరీరాన్ని కాదు " .. " అయమాత్మా బ్రహ్మ " .. " నేను అందరిలో ఉన్నాను ", .. " అహం బ్రహ్మాస్మి " .. " నేను ఆత్మను " అంటూ .. ఆత్మను గురించి ఖచ్చితంగా సంపూర్ణంగా తెలుసుకుంటూ వుంటాం. ఇలా ధ్యానం యొక్క విశేష అభ్యాసం వల్ల ఆత్మశాస్త్రం కూలంకషంగా తెలుస్తుంది. మనలో ఇలాంటి ఆత్మజ్ఞానం వల్లనే సరియైన వ్యవహారిక పరివర్తన వస్తుంది!

" ఎలా మాట్లాడాలి ? " .. " ఏ భావాన్ని వ్యక్తపరచాలి ? " .. " ఎలా నడుచుకోవాలి? " .. అన్న విషయాల్లో కూడా ఎంతో పరిపక్వత వస్తుంది! జీవితంలో ఎన్నెన్నో అనుభవాలు ఎదురవుతూ .. వాటి ద్వారా మనం ఎన్నో నేర్చుకుంటూ, " ఆత్మ ఎదుగుదల కోసమే ఈ శరీరాన్ని ధరించి జన్మ తీసుకున్నాము " అనే ఆత్మసాక్షాత్కారాన్ని క్రమక్రమంగా పొందుతూ ఉంటాం.

ఇలా మెల్లమెల్లగా దేహ భావనను దాటుతూ, ఆత్మభావన వైపు మన ప్రయాణాన్ని మొదలుపెడతాం! క్రమంగా శరీరానికి వున్న అవధులు ఆత్మకు లేవని అర్థం చేసుకుని, ఆనందంగా ఒకేసారి బహుముఖతలాల్లో విహరిస్తూ అనంతమైన ఆత్మజ్ఞానాన్ని అపారంగా గ్రోలుతూ ఉంటాం. ఇలా మన "ఆత్మకథ " కు మూలం " శ్వాసానుసంధానం " మాత్రమే అన్న ముఖ్య అవగాహనను చక్కగా పొందుతాం !!

శ్రేయస్సు - ప్రేయస్సు"

"శ్రేయశ్చ ప్రేయశ్చ మనుష్యమేత
స్తౌ సంపరిత్య వివినక్తి ధీరః ;
శ్రేయోహి ధీరోభిప్రేయసోవృణీతే
ప్రేయోమందో యోగక్షేమాత్ వృణీతే" = కఠోపనిషత్తు (2-2)

"శుభకరమైనదీ, సుఖకరమైనదీ . . ఈ రెండూ మానవుని సమీపిస్తాయి;
బుద్ధిమంతుడు రెండింటినీ చక్కగా పరిశీలించి వివేచిస్తాడు;
సుఖకరమైన దానికంటే శ్రేయస్కరమైనదే మేలు అని ఎన్నుకుంటాడు;
కానీ, బుద్ధిహీనుడు లోభం చేతా, ఆసక్తి చేతా సుఖకరమైన దానినే కోరుకుంటాడు"
(= రామకృష్ణ మిషన్ ప్రచురణ)

ప్రతిక్షణమూ, మనకు రెండు మార్గాలు ఎదురవుతూ ఉంటాయి
అవే శ్రేయో, ప్రేయో మార్గాలు

"శ్రేయస్సు" అంటే "శ్రేయస్కరమైనది";

"ప్రేయస్సు" అంటే "ప్రియమైనది"

శ్రేయస్సులో సదా నిమగ్నుడైన వాడే ఉత్తముడు, ధీరుడు

ప్రేయస్సులో సదా నిమగ్నుడైన వాడే మందబుద్ధి కలవాడు

కేవల ప్రేయస్సులో శ్రేయస్సు శూన్యం;
కానీ శ్రేయస్సు ఎప్పుడూ ప్రేయోసహితమైనదే

"శ్రద్ధావాన్ లభతే జ్ఞానం"

"గురుర్బ్రహ్మ .. గురువిష్ణుః .. గురుర్దేవో మహేశ్వరహః
గురుస్సాక్షాత్ పరబ్రహ్మ .. తస్మై శ్రీ గురువేనమః"

మిత్రులారా!
ఈ రోజు గురుపౌర్ణమి. మనం గురువులకు కృతజ్ఞతలు తెలుపుకునే రోజు! అందరికీ ప్రప్రథమ గురువు తల్లి, రెండవ గురువు తండ్రి. తల్లి మృదువుగా వుంటే, తండ్రి మొరటుగా, కఠోరంగా వుంటాడు. తల్లి మృదువుగా లాలించాలి. తండ్రి కఠోరంగా బోధించాలి. మృదువుగా మాత్రమే బోధన చేస్తే పిల్లలో ఎదుగుదల సంపూర్ణంగా వుండదు.

గురుపౌర్ణమి సందర్భంగా మనం మన గురువులు అందరికీ ధన్యవాదాలు తెలుపుకుందాం. మనకు చిన్నప్పటినుంచి ఎవరెవరు ఏమేం నేర్పించారో వారందరూ గురువులే. వారందరినీ మన మనోఫలకం మీదకు గుర్తుతెచ్చుకుని తల్లి, తండ్రితో సహా .. అందరి గురువులకూ కృతజ్ఞతలు తెలపాలి. సంవత్సరానికి ఒకరోజు .. అలా చెయ్యాలి.

అదే "గురుపౌర్ణమి" అంటే. గురువులకే పరమగురువు శ్రీ వేదవ్యాసులవారు! అందుకే వారి పేరు మీద "వ్యాసపౌర్ణమి" అని మనం పండుగ చేసుకుంటున్నాం. 'వ్యాస' అంటే వ్యాపించి వుండడం. ఎవరు ఎంత కృతజ్ఞతతో వుంటారో వారి చైతన్యం అంతగా వ్యాపిస్తుంది. విశేషమైన కృతజ్ఞత గలవారు కనుక ఆయన చైతన్యం విశేషంగా వ్యాపించింది. అందుకే వేదవ్యాసులవారు మనకు గురువులలో అగ్రగణ్యులు.

ఎందరెందరి నుంచో ఎన్నెన్నో నేర్చుకుంటాం. ఒక చెట్టునుంచి నేర్చుకుంటాం.. ఒక జంతువు నుంచి నేర్చుకుంటాం.. ఒక చేప నుంచి నేర్చుకుంటాం .. ఒక చీమ నుంచి నేర్చుకుంటాం.. ఒక భ్రమరం నుంచి నేర్చుకుంటాం .. ఎన్నెన్నో. నేర్చుకునే తపన వుంటే ఎంతైనా నేర్చుకోగలం. ఎన్ని నేర్చుకోవాలి? జీవితంలో ఎలా నడవాలో నేర్చుకోవాలి, ఎలా కూర్చోవాలో నేర్చుకోవాలి, ఎలా మాట్లాడాలో నేర్చుకోవాలి, ఎలా వంట చేయాలో నేర్చుకోవాలి, ఎలా తినాలో నేర్చుకోవాలి .. ఎన్ని వున్నాయో.

"ప్రత్యక్ష గురువులు, పరోక్ష గురువులు"

మనకు ప్రత్యక్ష గురువులు వుంటారు; పరోక్ష గురువులూ వుంటారు. ప్రత్యక్ష గురువులు కొందరే వుంటారు; పరోక్ష గురువులు అనేకానేకం వుంటారు. ప్రత్యక్ష గురువులు కొట్టి, తిట్టి, బ్రతిమాలి, తినిపించి నేర్పిస్తారు. కొట్టారనీ, తిట్టారనీ అలిగి వెళ్ళిపోతే ఏమీ నేర్చుకోలేం. అన్నీ భరించగలిగినప్పుడే నేర్చుకోగలం.

నేను .. మహాత్మాగాంధీ గారి ద్వారా 'సత్యం' గురించి తెలుసుకున్నాను. విలియం షేక్ స్పియర్ ద్వారా 'ఇంగ్లీష్' నేర్చుకున్నాను. గొప్ప గొప్ప క్రికెట్ ఆటగాళ్ళను చూసి క్రికెట్ నేర్చుకున్నాను. జర్మన్ గురువు గారి నుంచి .. జర్మన్ భాష నేర్చుకున్నాను. యోగా టీచర్ దగ్గర నుంచి యోగా నేర్చుకున్నాను. కొన్నివేల పుస్తకాలు చదివి వేలాది పరోక్ష గురువుల ద్వారా అనేక విషయాలు నేర్చుకున్నాను. ఎందరో గురువుల దగ్గర నేర్చుకున్న సారమే ఈ 'నేను'.
మిత్రులారా, మనం ఈ రోజు ప్రత్యక్ష మరి పరోక్ష గురువులందరికీ మన కృతజ్ఞతలు చెప్పుకునే రోజు. అందుకే "గురుర్దేవో" అన్నాం. అంటే గురువే దైవం.

మనం అందరం కూడా ఎంతో మందికి గురువులం మనం కూడా ఎన్నో విషయాలు ఎందరికోనేర్పించాం, మనం కూడా కొంతమందికి ప్రత్యక్ష గురువులం .. మరి వందలాది వేలాదిమందికి పరోక్ష గురువులం.

"గురి యే గురువు"

ఒకరోజు ఒకాయన రమణమహర్షి దగ్గరికి వెళ్ళి "గురువు అంటే ఎవరు?" అని అడిగాడు. రమణమహర్షి "గురువు అంటే 'ఎవరు' కాదు, 'ఏమిటి' అని అడగాలి" అన్నారు.
ఆయన మళ్ళీ "గురువు అంటే ఏమిటి?" అని అడిగాడు.
"గురియే గురువు" అన్నారు రమణ మహర్షి! "గురి" అన్న తత్వమే "గురువు"
మన "గురి"యే దైవం. గురుర్దేవో .. మహేశ్వరహః; "ఈశ్వర" అంటే పాలన "మహా" .. అంటే విశేషంగా. మన గురి ద్వారా మన జీవితం విశేషంగా పావనం చేయబడుతుంది.

"సంగీతం మీద గురిపెట్టాను" కనుక సంగీతజ్ఞుడిని అయ్యాను. " నా జ్ఞానం మీద గురి వుంచారు" కనుక మీరు జ్ఞానులు అయ్యారు. "శ్వాస మీద గురి వుంచారు" కనుక మీరు ధ్యానులు అయ్యారు.

గురియే గురువు

"గురి" అన్న తెలుగు పదానికి సరిసమానమైన సంస్కృతపదం "శ్రద్ధ".
భగవద్గీతలో శ్రీ వేదవ్యాసులవారు "శ్రద్ధవాన్ లభతే జ్ఞానం" అన్నారు.. "శ్రద్ధ కలిగివున్నప్పుడే జ్ఞానం లభిస్తుంది" అని అర్థం.

గౌతమబుద్ధుడు చివరిరోజు చివరిక్షణాలు .. చనిపోతున్నప్పుడు ఆనందుడు ఏడ్చాడు. "స్వామి! మీరు పోతే మమ్మల్ని చూసేది ఎవరు?" అని వలవలా ఏడ్చాడు. అప్పుడు బుద్ధుడు "నిన్ను నువ్వే పరిపాలించుకో", "అప్పో దీపో భవ' అన్నాడు.
రమణమహర్షి .. "గురి యే గురువు" అనీ .. బుద్ధుడు .. "అప్పో దీపో భవ" అనీ ..
శ్రీ వ్యాసులవారు .. "ఉద్ధరేత్ ఆత్మనాత్మానాం", "శ్రద్ధావాన్ లభతే జ్ఞానం" అనీ .. నొక్కివక్కాణించారు.

శ్రీకృష్ణుడు " కౌరవులకు ఎంతో నేర్పిద్దాం" అనుకున్నాడు. కానీ కౌరవులు నేర్చుకున్నారా? లేదు. ఎందుకంటే వారికి శ్రద్ధలేదు కనుక, పాండవులకు శ్రద్ధ వుంది అందుకే పాండువులకు శ్రీకృష్ణుడు గురువు అయ్యాడు.

" షట్చక్రాలు - సహస్రారం "

నాడీమండల కాయంలో అతి ముఖ్యమైన " చక్రాలు "

1) మూలాధారం 2) స్వాధిష్ఠానం 3) మణిపూరకం
4) అనాహతం 5) విశుద్ధం 6) ఆజ్ఞా

అనేక నాడులు కూడిన పరిస్థితే " చక్రం " అనబడుతుంది ;
ప్రతి " చక్రం " ఒక్కొక్క శరీరంతో ముడిపడి వుంది
షట్చక్రాలూ, సహస్రారమూ ఏడు శరీరాలకు సంబంధించినవి

ఆనాపానసతి వలన కుండలినీ జాగృతమై,
షట్చక్రాలలోనూ శుద్ధి జరుగుతుంది

" సహస్రారం " అన్నది చిట్టచివరి స్థితి
ఇది మామూలుగా షట్చక్రాలలో లెక్కకి రాదు
సహస్రారమే " సహస్రదళ కమలం "
ఇదే " వేయి పడగల పాము "

*** కుండలినీ ఎప్పుడైతే సహస్రారంలో స్థితమవుతుందో,**
అప్పుడే నిర్వాణస్థితిని పొందామన్నమాట ..
అంటే, నిర్వాణమయకోశం ఉత్తేజితం అయిందన్నమాట
*** నిర్వాణస్థితి పొందినప్పుడే దివ్యచక్షువును సంపూర్ణంగా సంతరించుకుంటాం**

శక్తి వినిమయ విధి విధానం. 'E' - కాన్సెప్ట్ "

"శక్తి ... అంటే Energy అన్నది .. Existence .. Evolution .. Experiment .. Experience .. Expression .. Enlightenment .. Enjoyment .. అనే ఏడుసార్లు రూపాల్లో మన జీవితాలను సుసంపన్నం చేస్తూ ఉంటుంది.

1. **Existence .. అస్తిత్వం .. ఉనికి** :

" ఈ సువిశాల విశ్వంలో ఉన్న అనేకానేక లోకాలకు చెందిన మనం అంతా కూడా ప్రస్తుతం ఈ భూగ్రహం మీద జన్మలు తీసుకున్న సర్వశక్తివంతులమైన శుద్ధ చైతన్య స్వరూపాలం" అన్న మన ఉనికినీ .. మన అస్తిత్వాన్నీ .. మనం సదా ఎరుకలో ఉంచుకోవాలి.

2. **Evolution .. పరిణామక్రమం** :

"అనేకానేక నక్షత్ర లోకాలూ, గ్రహ ఉపగ్రహ కక్ష్యలతో పాటు, సౌరమండలాలూ, మరెన్నో వింతలూ, విడ్డూరాలతో నిండి ఉన్న మన సువిశాల విశ్వం .. పరిణామక్రమంలో భాగంగా నిరంతరం మార్పును ఆహ్వానిస్తూ .. పురోగతి దిశలో సాగుతూ ఉంటుంది.

"అలాగే విశ్వజీవులమైన మనం కూడా .. ప్రతి క్షణం మన జీవితంలో జరిగే మార్పులను ఆత్మపూర్వకంగా ఆహ్వానిస్తూ వుండాలి.

ఒక పిండం .. బాలుడిగా, యవ్వనస్థుడిగా, మధ్యవయస్కుడిగా మరి వృద్ధుడిగా .. ఇలా అనేక విధాలుగా అభివృద్ధి చెందినట్లే .. ఒక ఆత్మ కూడా అనేకానేక అనుభవాల జ్ఞానంతో .. శైశవాత్మగా .. బాలాత్మగా .. యవనాత్మగా .. వృద్ధాత్మగా .. మహాత్మగా మరి పూర్ణాత్మగా ఆధ్యాత్మిక పరిణామ క్రమంలో అభివృద్ధి చెందుతూనే ఉంటుంది. అప్పుడే మన ఆత్మకు పురోగతి ఉంటుంది.

3. **Experiment .. ప్రయోగాలు** :

"ప్రయోగాలు చేస్తూంటేనే మనకు క్రొత్త క్రొత్త విషయాలు తెలుస్తూంటాయి! ప్రస్తుతం మనం ఉపయోగించుకుంటూన్న వస్తువులూ, సౌకర్యాలూ మరి టెక్నాలజీ అంతా కూడా ఇలా మనం ప్రయోగాల ద్వారా పొందినవే. ఇదంతా భౌతిక ప్రపంచానికి చెందినది!
"అయితే .. విశ్వలోక జీవులం అయిన మనం భౌతిక పరమైన ప్రయోగాలతో పాటు ఆధ్యాత్మిక పరమైన ప్రయోగాలను కూడా చేస్తూనే వుండాలి. దివ్యచక్షువు, సూక్ష్మశరీరాలతో శాస్త్రీయమైన ధ్యాన ప్రయోగాలు చేసి ఉన్నతలోక జ్ఞానాన్ని పొందాలి!

4. **Experiences .. అనుభవాలు** :

" రకరకాల భౌతిక, మరి ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానశాస్త్ర ప్రయోగాల ద్వారా మనం విస్తారంగా అనుభవాలను గడిస్తాం! ఆ అనుభవాల సారాంశం ఆధారంగా .. 'మంచి-చెడు' .. 'చేయవలసిన - చేయకూడనివి' .. 'సరియైనవి-సరికానివి' అన్న విషయాలకు సంబంధించిన 'జ్ఞానాన్ని' పొందుతాం!

5. **Expressions .. అభివ్యక్తీకరణలు**:

"రకరకాల ప్రయోగాలు చేసి అనుభవం లోకి తెచ్చుకున్న జ్ఞానాన్ని మనం సరియైన రీతిలో వ్యక్తీకరణ చేయగలగాలి! అప్పుడే అది పదిమందికి ఉపయోగపడే సిద్ధాంతంగా రూపొందుతుంది. శాస్త్రీయమైన మరి సందర్భోచితమైన ఆలోచనలూ, మాటలూ, చేతలూ మరి పుస్తక ప్రచురణలూ ఈ కోవకే చెందుతాయి.

6. **Enlightenment .. దివ్యజ్ఞానప్రకాశం:**

"అనేకానేక రకాల ప్రయోగాలు చేసి పొందిన అనుభవ జ్ఞానం వల్ల మనలోని చైతన్యం అనంతంగా విస్తరించి .. ఈ సకల చరాచర సృష్టిలో ఉన్న 'ఏకత్వం' అంతా మనకు అనుభూతికి వస్తుంది. అనంతకాలంగా ప్రయాణం సాగిస్తోన్న ఆత్మ స్వరూపులమైన మనకు 'చావు' అన్నది లేనే లేదు అన్న సత్యం అనుభవంతో అవగాహనకు వస్తుంది.

7. Enjoyment .. ఆనందం:

" 'సత్యం' అన్నది అనుభవంలోకి వచ్చాక ఇక అర్థం పర్థం లేని భయాలూ, ఆందోళనలూ, అజ్ఞానాలూ మరి మూర్ఖత్వాలూ అనబడే సకల దుఃఖాల నుంచి మనం విముక్తలం అవుతాం! ప్రతి క్షణం అత్యంత ఎరుకతో జీవించడంలో వున్న ఆనందాన్ని ఆస్వాదిస్తూ .. శక్తివంతంగా, రసవంతంగా మరి జ్ఞానవంతంగా మన జీవితాన్ని పండుగలా చేసుకుంటాం!!" పత్రీజీ అందించిన ఈ "శక్తి పూర్వకమైన" సందేశాన్ని మంత్రముగ్ధులై విన్న ముంబయి పిరమిడ్ మాస్టర్లు .. ఎంతో ఆనందించారు!!

"జేన్ రాబర్ట్స్ ... సేత్"

ఆధునిక భౌతిక శాస్త్రజ్ఞులలో "ఐన్‌స్టీన్ - Einstein" ఎలాంటివాడో
ఆధునిక ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రజ్ఞులలో అటువంటివాడు - "సేత్ (Seth)"
"జేన్ రాబర్ట్స్" మరి "రాబర్ట్F. బట్స్" ఆధ్యాత్మిక జంట దంపతుల భగీరథ ఆధ్యాత్మిక ప్రయత్న ప్రసాదమే "సేత్ జ్ఞానం" అన్న "ఆకాశగంగ"
"సేత్" అంటే ఒకానొక ఊర్ధ్వలోక పూర్ణాత్మ
"జేన్ రాబర్ట్స్" అనే ఆవిడ ద్వారా 1965 నుంచి 1985 వరకు "ఛానెలింగ్" అంటే "స్వల్పకాలిక పరకాయ ప్రవేశం" అనే ప్రక్రియ ద్వారా పూర్ణ జ్ఞానాన్ని భూలోకానికి అందించిన మహాత్ముడు.
"సేత్" పుస్తకాలు తెలుగులో లేవు మరి;
ఏం చేస్తాం ? అయితే - ఇన్ని రోజులకు "అవిదిత యదార్థం" అన్న పేరిట ఒక చిన్ని పుస్తకం మటుకు వచ్చింది - భవిష్యత్తులో ఆయన పుస్తకాలు అన్నీ మన దేశ భాషలన్నింటిలో అనువాదం కావాలనే కలలు కంటున్నాను. అయితే, అర్జెంటుగా, ఇప్పుడే "సేత్ జ్ఞానం" తెలుసుకోవాలి అంటే ఆంగ్లం వచ్చిన వారిని ఆశ్రయించక తప్పదు.

సేత్ చెప్పిందే ఈ భూమి మీద ఇప్పుడు వున్న అత్యంతఅసాధారణమైన పరిపూర్ణ ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానప్రకాశం

" శేషశయనుడు "

శేషుడు = ఆది సర్పం
శేషశయనుడు = సర్పం మీద పడుకుని వున్నవాడు" ఆది సర్పం " అంటే కాలానికి ప్రతీక ఆది కాలాన్ని సూచిస్తుంది
అందుకే " కాల సర్పం " , " కాల నాగు " అంటారు ఆదిశేషుడుకి మరో పేరు " అనంతుడు "
" నాకు ఇరవై యేళ్ళు " .. " నాకు అరవై యేళ్ళు " అనే అనవగాహన లోంచి
సంపూర్ణంగా బయటపడి " నేను అనంతకాలానికి చెందినవాడను "
అనే అవగాహనకు చేరిన వాడే ఓ " శేషశయనుడు "
ఆత్మజ్ఞాన సంపన్నుడే ఓ " శేషశయనుడు "
ఆత్మజ్ఞాన హీనుడే " కాలం " అనబడే సర్పం లోపలి అంధకారంలో కొట్టుకుపోతున్నవాడు

* **"నేను ఆత్మను" అని తెలుసుకోవాలి**
" కాలం " అనే మాయలోంచి వైదొలగాలి

" **సవిరామ పరిశ్రమ** "

"పరిశ్రమ" అన్నది ఎప్పుడూ చేసే తీరాలి అప్పుడే పనులు జరుగుతాయి
అప్పుడే విద్యలు అన్నీ అబ్బుతాయి అప్పుడే కళలను పూర్తిగా నేర్చుకుంటాం
అయితే **" అవిరామ పరిశ్రమ "** మాత్రం పనికిరాదు
ఎప్పుడూ " సవిరామ పరిశ్రమ " పద్ధతే సరియైనది
" స + విరామ " = **" విశ్రాంతితో కూడిన "**
" అ + విరామ " = **" విరామం లేని "**
" అవిరామ పరిశ్రమ " వల్ల మొదటికే మోసం వస్తుంది
"అవిరామం" అన్నది మోహం, అతి
* **మోహం అన్నది అతి .. అది, ఎప్పుడూ కూడదు అతి సర్వదా అనర్థహేతువే**
* **పరిశ్రమ ఎప్పుడూ " సవిరామం " గానే వుండాలి అతి సర్వత్ర వర్జయేత్**

" **సవికల్ప సమాధి** "

" సమాధి " ఆధ్యాత్మికమైన ప్రశ్నలన్నిటికీ సమాధానాలు అంతర్గతంగా దొరుకుతున్న స్థితి
" స " + " వికల్పం " = కొన్ని సంశయాలతో కూడుకుని వున్న
" చిత్తం " అన్నది ప్రశాంతస్థితికి చేరుకున్న తరువాత నుంచి
కుండలినీ జాగరణం పూర్తి అయ్యేవరకూ ఉన్న స్థితే " సవికల్పసమాధి " స్థితి
ఇందులో కొన్ని సూక్ష్మశరీరానుభవాలు వస్తాయి
కనుక " ' మనిషి ' అంటే కేవలం భౌతిక శరీరమే కాదు సూక్ష్మశరీరాది సముదాయం కూడా " అని తెలుస్తుంది
కొన్ని ఇతరలోక దృశ్యాలు, కొన్ని ఇతర తలాల విశేషాలు
చూడటం కూడా జరుగుతుంది కనుక " ఈ భౌతికపరమైన చర్మచక్షువులకు కనబడే ప్రపంచమే కాదు ఇంకా ఎన్నో ఇతర లోకాలు కూడ వున్నాయి" అని మనం తెలుసుకుంటాం .. అయితే మన జన్మ పరంపర గురించీ, కర్మ పరంపర గురించీ,
మన పూర్ణాత్మ గురించీ ఇంకా సంపూర్ణ యదార్థ అనుభవం ఉండదు
***సమాధి స్థితి ' సవికల్పం ' తో మొదలయి క్రమంగా అది**
అనతికాలంలో ' నిర్వికల్పం ' గా మారుతుంది

సత్యమే దైవం

నోటిలోని మౌనం ... మనస్సులోని శూన్యం ...
దాని పేరు ధ్యానం, దాని పేరు **ధ్యానం.**
మాటలోని ఎరుక ... మాటలోని సత్యం ...
దాని పేరు జ్ఞానం, దాని పేరు **జ్ఞానం.**
ఆత్మలోని శాంతం ... ఆత్మలోని అభయం ...
దానిపేరు మోక్షం, దాని పేరు **మోక్షం.**
చేతలోని న్యాయం చేతలోని వినయం
దాని పేరు ధర్మం, దాని పేరు **ధర్మం.**
ధ్యానమే భోగం ... జ్ఞానమే మోక్షం ... సత్యమే దైవం
ఆంధ్రరాష్ట్రంలో అందరికీ ధ్యానం, ధ్యానం.
భారతదేశంలో అందరికీ జ్ఞానం, జ్ఞానం
భూమండలంలో అందరికీ మోక్షం, మోక్షం.

"సత్యమే దైవం"

సత్యం = దైవం

సత్యశోధన అంటే దైవశోధన .. దైవశోధన అంటే సత్యశోధన
సత్యసాధన అంటే దైవసాధన .. దైవసాధన అంటే సత్యసాధన

సత్యమే దైవం .. దైవమే సత్యం

ఎనెన్నో సత్యాలు
"ఆత్మ" అన్నది సత్యం
"ఆత్మశక్తి" అన్నది సత్యం
"శరీరం" అన్నది సత్యం
"వ్యక్తి" అన్నది సత్యం
"వ్యక్తిత్వం" అన్నది సత్యం
"కర్మ" అన్నది సత్యం
"కర్మఫలం" అన్నది సత్యం
"ఎన్నిక" అన్నది సత్యం
"ఎరుక" అన్నది సత్యం
"మరుపు" అన్నది సత్యం

"పరస్పర ప్రభావాలు" అన్నది సత్యం
"నిరంతర మార్పు" అన్నది సత్యం
"అనేకానేక లోకాలు" అన్నది సత్యం
"అనేకానేక జీవులు" అన్నది సత్యం
"అనేకానేక అజ్ఞానాలు" అన్నది సత్యం
"అనేకానేక సుజ్ఞానాలు" అన్నది సత్యం
"అనేకానేక కోణాలు" అన్నది సత్యం
"అనేకానేక సందిగ్ధాలు" అన్నది సత్యం

సత్యం = దైవం

సత్యాన్ని గ్రహించనివాడే దైవాన్ని గ్రహించనివాడు
సత్యాన్ని గ్రహించినవాడే దైవాన్ని గ్రహించినవాడు
ఎంతగా సత్యాన్ని గ్రహిస్తే దైవాన్ని అంతగా గ్రహించినంత

సత్యం = దైవం

సత్యాసక్తే .. దైవాసక్తి
సత్యపిపాసే .. దైవపిపాస
సత్యారాధనే .. దైవారాధన
సత్యం శరణం గచ్ఛామి - సత్యం ఏవ శరణం గచ్ఛామి
సత్యం శరణం వయం - సత్యం ఏవ శరణం వయం

" 'సవరణ' శరణం గచ్ఛామి "

ఈ రోజు డా|| శారద గారు ఓ చక్కటి పదం వాడారు. ఆవిడ ఉపయోగించిన పదం చాలా గొప్ప పదం "సవరణ" నేను గత 30 సం||ల నుంచి నన్ను కలిసినవారందరినీ "సవరణ" చేస్తూనే వున్నాను. అందరి మాటలూ, అందరి చేతలూ .. ఇలా ప్రతి విషయాన్ని సవరణ చేస్తూనే ఉన్నాను. 30 సం|| క్రితం నన్ను నేను పూర్తిగా 'సవరణ' చేసుకున్నాను మరి అప్పటి నుండి నా దగ్గరకు వచ్చే వారందరినీ 'సవరణ' చేస్తున్నాను .. సదా ఇంకా చేస్తూనే వుంటాను.
నన్ను చూడగానే అందరూ"బాగున్నారా?" అంటారు. నేను ఏమైనా రోగిష్టివాడినా? హాస్పిటల్ లో వున్నానా .."బాగున్నారా?" అని కేవలం రోగులనే, అస్వస్థతులనే అడుగుతారు. ఓ బుద్ధుడిని ఎవరైనా "బాగున్నారా?" అని అడుగుతారా?

అందుకే "నీ బుద్ధి మందగించింది" అని వారి మాటలను 'సవరణ' చేసి సరిచేస్తాను
నా దగ్గరికి వచ్చినవాళ్ళను రాగానే, "ఏమిటి స్వామీ సంగతులు?" అని అడుగుతాను.
"మీరే చెప్పండి సార్" అంటారు. "నన్ను చెప్పమని అంటావేమిటి? నేను 'ఏమిటి సంగతి?' అన్నప్పుడు నీ విషయాలు చెప్పాలి" అన్నప్పుడు పళ్ళన్నీ బయటపెట్టి వెకలిగా నవ్వుతారు.

అదేం చోద్యమో నాకూ అర్థం కాదు. గురువుల దగ్గరికి వచ్చి ఆ వెకిలి నవ్వు ఏమిటో? నాకు మా చెడ్డ చిరాకు వస్తుంది వెకిలిగా నవ్వడాన్ని 'సవరణ' చేసి సరిచేస్తాను.. అది సరికాని ప్రవర్తన.
మీ ఆలోచనలు ఎలా వున్నా .. ఎంత మూర్ఖంగా వున్నా .. నాకు అనవసరం. మీ ఆలోచనలు ఎదుటి వారికి చెడు చెయ్యవు. మీ మూర్ఖపు చేష్టలు మాత్రం ఇతరులకు ఇబ్బంది కలిగిస్తాయి. మీ అజ్ఞానపు మాటలు ఇతరులకు చెడు చేస్తాయి .. కనుక వెంటనే నేను మీ మాటలను 'సవరణ' చేసి తీరుతాను. మీ చేష్టలను సవరణ చేస్తాను.
ప్రతిసారీ ధ్యానం క్లాసుకు తల్లులందరూ పిల్లల్ని తీసుకుని వస్తారు. క్లాసు ప్రారంభమైతే చాలు పిల్లలు ఏడుపులు. చిన్న పిల్లల ఏడుపు వింటే నాకు చాలా కోపం వచ్చేస్తుంది. పిల్లల్ని పార్కుకి తీసుకువెళ్ళాలే కానీ ధ్యానం క్లాసులకి తీసుకురాకూడదు. తల్లి కళ్ళు మూసుకుంటుంది మరి ఆ చిన్న పాప ప్రక్కవాళ్ళని ఇబ్బంది పెడుతూ వుంటుంది. చిన్నపిల్లలను చూస్తే చాలు వెంటనే ఆ తల్లిని బయటికి పంపేస్తాను. అలా వాళ్ళను 'సవరణ' చేస్తాను.ధ్యానం క్లాసుకు వస్తారు .. సెల్ ఫోన్లు మ్రోగుతాయి .. ప్రక్కన వంగి మాట్లడుతూ తోటివారి ఇబ్బందిని పెడతారు "ఇక్కడ కూడా వ్యాపారమేనా?" అని వెంటనే 'సవరణ' చేస్తాను. ధ్యాన సభలలో తోటి వారిని ఇబ్బంది పెట్టేవారంటే నాకు మా చెడ్డ కోపం .. అది కూడా 'సవరణ' చేయాలి
కొంత మంది వేదిక ముందువరసలో కుర్చీలలో కూర్చుని కాళ్ళు ఊపుతూ వుంటారు. వేదిక పైన కూర్చుని నేను సందేశం ఇస్తూవుంటాను .. మరి వాళ్ళ కాళ్ళు అలా ఊపుతూ నన్ను ఇబ్బంది పెడతారు .. ఇక నేను వెంటనే వాళ్ళని 'సవరణ' చేస్తాను.
వంట వండే విధానం, వడ్డించే విధానం, భోజనం తినే విధానం, ఇంటికి వచ్చిన వారిని ఆదరించే విధానం, నలుగురిలో వున్నప్పుడు మాట్లాడే విధానం, ఇతరత్రా చెప్పే విధానం, ఇతరులు చెప్తున్నప్పుడు వినే విధానం .. ఇలా అన్నింట్లోనూ ప్రొద్దున్న లేచిన దగ్గర్నుంచి ప్రొద్దు గ్రుంకేవరకు నా డ్యూటీ 'సవరణలు' చేయడమే.
నాకు 'కంప్లైంట్స్' అంటే మా చెడ్డ చిరాకు. ఎవరైనా ఇతరుల మీద కంప్లైంట్స్ తీసుకువచ్చారు అంటే .. నేను వెంటనే ఆ కంప్లైంట్లు తెచ్చినవారిని సరిచేస్తాను. పాజిటివ్ మాటలే మాట్లాడాలి .. మరి పాజిటివ్ మాటలే వినాలి.
నా దగ్గరకు వచ్చిన ప్రతి వారికీ కరచాలనం ఇస్తాను. వెంటనే వాళ్ళు నా కాళ్ళకు మ్రొక్కుతారు. ఏం బానిస బ్రతుకులో తెలియదు వాళ్ళు మ్రొక్కితే .. నేను వాళ్ళకు మళ్ళీ మ్రొక్కాలి ఎందుకంటే వారూ ఆత్మపదార్థమే మరి నేను కూడా ఆత్మ పదార్థమే కదా వారు దేవుడే నేనూ దేవుడే .. వాళ్ళు మ్రొక్కితే అప్పటివరకు హాయిగా కూర్చున్ననేను.. లేచి వాళ్ళ కాళ్ళకు మ్రొక్కాలి. అది సరికాదు ; ఇలా కాళ్ళకు మ్రొక్కడం నాకు ససేమిరా ఇష్టం వుండదు. కాబట్టి నేను ఇది కూడా 'సవరణ' చేస్తూ ఉంటాను.

"సత్యమేవ జయతే"

"సత్యమేవ జయతే నానృతం, సత్యేన పంథా వితతో దేవయానః

యేనాక్రమన్తి ఋషయో హ్యాప్తకామా, యత్ర తత్ సత్యస్య పరమం విధానం

= ముండకోపనిషత్ (3-6)

సత్యమేవ జయతే =సత్యం .. ఆత్మ.. మాత్రమే జయిస్తుంది నిత్యమైనదే సత్యం; నిత్యం కానిది అసత్యం

న అనృతం =అనాత్మ ఎప్పుడూ జయించదు.

సత్యేన దేవయానః =ఆత్మజ్ఞానం చేతనే ఊర్ధ్వలోక ప్రాప్తి

పంథా వితతః =మార్గం ఏర్పడి ఉంది

యేన =దేనిచేతనైతే

ఆప్తకామాః ఋషయః =కోరికలు తీరిన ఋషులు . . ధ్యాన యోగులు

యత్ర =ఎక్కడైతే

సత్యస్య =సత్యం . . ఆత్మతత్త్వం .. యొక్క

తత్ పరమం విధానం=ఆ పరమ పదం (అస్తి = ఉన్నదో ; తత్ర = అక్కడికి)

ఆక్రమంతి హి =చేరుకుంటారు

కోరికలన్నీ తీరిన ఋషులు ధ్యానమార్గం ద్వారానే, సత్యనిలయమైన పరమపదాన్ని చేరుకుంటారు; దేవయానం చేస్తారు

దేవయానం వేరే, పితృయానం వేరే ..

ఆత్మజ్ఞానం ద్వారా మాత్రమే సత్యలోకప్రాప్తి లభిస్తుంది

ఆత్మజ్ఞానం అన్నది లేకపోతే లభించేది కేవలం పితృయానమే ..

దానివల్ల పునరపి జననమే, పునరపి మరణమే.

సత్యమేవ జయతే, ధ్యానమేవ జయతే ...

సత్యమేవ జయతే ; అన్నది ఉపనిషత్ సూక్తి. అంటే, సత్యమే ఎప్పుడూ జయిస్తూ ఉంటుంది ; అసత్యమే ఎప్పుడూ ఓడిపోతూ వుంటుంది.
అయితే - సత్యం మబ్బుల ద్వారా అప్పుడప్పుడూ కనుమరుగు కావచ్చు. కానీ సూర్యగోళం అయిన సత్యం వేంటనే దేదీప్యమానంగా కంటికి మళ్ళీ ప్రత్యక్షం అవుతుంది.

ఏది సత్యం ? ఏది అసత్యం ?
నిత్యమైనదే సత్యం.
అనిత్యమైనదే అసత్యం.
మరి ఏది నిత్యం ? ఏది అనిత్యం ?

ఆత్మే నిత్యమైనది ; అనాత్మే అనిత్యమైనది.
ఆత్మ అన్నదే సత్యం. ఆత్మ అన్నదే స్వయంప్రకాశమైన సూర్యగోళం మనస్సులోని మాలిన్యాలే ఆత్మను కనుమరుగు చేసే కారుమబ్బులు ..
మాలిన్యం అంటే త్రికరణశుద్ధి రాహిత్యమే ; అంటే మనసా, వాచా, కర్మణా ఏకంగా వుండకపోవటమే.
అంతేగాక, నేను మేను ని అన్న అజ్ఞానమే ఆత్మ వెలుగుకి అడ్డు తెర కట్టేది.

తెర తీయగా రాదా ? - అని శ్రీ త్యాగరాజు స్వామి ఎంతగా మొరబెట్టుకున్నా, ఎంతగా ప్రార్థించినా, బయట నుంచి తెర తీసే నాథుడు ఎప్పుడూ వుండడు ; మనం మన తమో, రజో గుణాలతో జన్మజన్మలుగా అల్లుకున్న తెర ను మనమే స్వప్రయత్నంతో కరిగించుకోవాలి. మన తెర ను శూన్యం చేస్తేనే తప్ప మన ఆత్మ మళ్ళీ జ్వాజ్వల్యమానంగా ప్రకాశించదు. అందుకు ఒక్కటే మార్గం అదే ఆనాపానసతి - విపస్సన ధ్యాన విధానం.

అసతుల్యమై, నిత్య ఓటములతో, నిత్య నిరాశా నిస్పృహలకు లోనవుతూనే వుండాలా ? లేక సత్యులమై, నిత్య జయాలతో, నిత్య విజయాలతో, నిత్యానందులుగా విలసిల్లుతూ వుండాలా? అన్నది ఎవరికి వారే ఎప్పటికప్పుడూ నిర్ణయించుకుంటూ వుండాలి.
ఈ నిర్ణయం - అంటే సత్యమే ? అసత్యమా ? జయమా ? అపజయమా ?

ధ్యానమా, ప్రార్థనా ? ... ఇప్పుడా ? తరువాతా?

అంతరంగమా, బహిరంగమా ? ... ఈ విధంగా ప్రతి ఒక్కరూ ఎవరికి వారే ఎప్పటికప్పుడు తమ తమ ఏకాంత స్థితుల్లో పూర్తిగా విశ్లేషించి సరైన నిర్ణయాలను తీసుకుంటూ వుండాలి.

కనుక పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్, ఇండియా అందరికీ ఇచ్చే సందేశం ఏమిటంటే సత్యమేవ జయతే ; ధ్యానమేవ జయతే.

సత్యమేవ జయతే "

" పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ దిగివచ్చిన దేవుళ్ళు. ఈ దేవుళ్ళంతా నూతన యుగంలోని క్రొత్త సంవత్సరంలో చేపట్టాల్సిన ముఖ్య ప్రణాళిక .. సత్యాన్ని ప్రపంచానికి తేటతెల్లం చేయడం ! 'దేవుడెక్కడ?' 'దేవుడెక్కడ?' అంటూ దేవులాడే వాళ్ళందరికీ ధ్యానప్రచారం ద్వారా 'నువ్వే దేవుడివయ్యా' అన్న ఆత్మసత్యాన్ని తెలియజేయాలి.
" ఆత్మజ్ఞానాన్ని అందించే నవ్య యుగ విజ్ఞాన శాస్త్ర సమాచారాన్ని వారికి చేరువచేసే స్వాధ్యాయాన్ని ప్రోత్సహించాలి పిరమిడ్ అద్భుతశక్తిని మరింతగా విశ్వవ్యాప్తం చేయడం ద్వారా భూమిని మరింత శక్తివంతం చేయాలి. 'ఎవరి వాస్తవాలకు వాళ్ళే కారకులు' అన్న సత్యాన్ని అవగతం చేసుకుని ... తదనుగుణంగా ఎరుకతో జీవించేలా వారికి సజ్జన సాంగత్య భాగ్యం కలుగజేయాలి.

" ఇలా ఈ నాలుగు ఆత్మసత్యాలను ప్రజలందరికీ అందిస్తూ సత్యమార్గంలో జీవించాలి; అహింసాధర్మాన్ని తు.చ. తప్పకుండా పాటించాలి. రాబోయే రోజుల్లో మరే 'మతాలు', మరే 'ఇజాలు', మరే జాతులూ ప్రపంచంలో ఉండవు. ఉండేవి రెండే రెండు మతాలు ఒకటి శాకాహార మతం .. అంటే ధర్మయుత దేవతల జాతి మరి రెండవది మాంసాహార మతం అంటే అధర్మయుత రాక్షసుల జాతి.

"విజయం ఎప్పుడూ ధర్మం వైపే ఉంటుంది అన్నది చరిత్ర చెబుతోన్న సత్యం కనుక .. ఏనాటికైనా ఈ ప్రపంచంలో మిగిలి మనగలిగి ఉండేది కేవలం శాకాహారులు మాత్రమే ! ఈ గొప్ప సందేశాన్ని ఈ రోజు మనం ఈ మహా పిరమిడ్ శక్తిక్షేత్రం అయిన 'కైలాసపురి' నుంచి యావత్ ప్రపంచానికి అందజేస్తున్నాం" అంటూ 'సత్యమేవజయతే' అని అందరితో నినాదాలు చేయించారు.

"సత్సంగం - సజ్జన సాంగత్యం"

"సత్ + సంగం" = "సత్యం తో కలయిక"
"సత్" అంటే "నిత్యమైనది"
అంటే, "ఏ కాలంలోనైనా చెడకుండా ఉండేది" అన్నమాట
నిజానికి "ఆత్మ" అన్నదే నిత్యం, శాశ్వతం, సనాతనం
కనుక "ఆత్మ" అన్నదే ఏకైక సత్యం
"సత్సంగం" అంటే "సత్యంతో నేరుగా కలయిక"
"సత్యంతో కలయిక" అంటే "ఆత్మతో నేరుగా కలయిక"
ఆత్మలో ఏవిధంగా కలుస్తాం?
కేవలం ధ్యానసాధన ద్వారానే.
ధ్యానస్థితిలోనే ఆత్మతో ఆత్మ కలసి వుంటుంది
ధ్యానంలో మాత్రమే మనం మనతో కలిసి వుంటాం ;
కనుక, "ధ్యానం" లో వుండడమే **"సత్సంగం"** అన్నమాట.

"సత్ + జనులు" = "సజ్జనులు"
అంటే "సత్యం తెలుసుకున్న జనులు"
కనుక,

"సజ్జన సాంగత్యం" అంటే 'సత్యం తెలుసుకున్న జనులతో కలవడం'
"సజ్జన సాంగత్యం" అంటే జ్ఞానుల ద్వారా సత్యప్రవచనాలు వినడం
"సజ్జన సాంగత్యం" అంటే యోగుల ద్వారా ధ్యానానుభవాలు వినడం

శ్రీ ఆదిశంకరాచార్యులవారు "భజగోవిందం" లో
"త్రిజగతి సజ్జన సంగేతిరేకా భవతి భవార్ణవ తరణే నౌకా" అన్నారు . . అంటే
"మూడు లోకాల్లో కూడా ఏ లోకానికి పోయినా, యోగులతో కలవాల్సిందే ;
ఆ విధంగా పొందిన జ్ఞానసాగరమే మనల్ని తరింపచేయగలదు" అని

*** "సత్సంగం " వేరే, "సజ్జన సాంగత్యం" వేరే**
*** "సత్సంగం" అంటే "ధ్యానం"**
*** "సజ్జన సాంగత్యం" అంటే "యోగులతో సంపర్కం"**
*** "సంఘం శరణం గచ్ఛామి" అనబడింది బుద్ధ ధర్మంలో . .**
"సంఘం" అంటే "సజ్జనులు సంఘం" అంటే "యోగుల సంఘం"
అన్నమాట

" సత్యం .. శివం .. సుందరం "

" సత్యమేవ జయతే " అంటూ ముండకోపనిషత్తు .. " సత్యం మాత్రమే జయిస్తుంది " కనుక " ఎవరికైతే జయం కావాలో .. వారంతా కూడా సత్యంలోనే జీవించాలి " అని గొప్ప సందేశం ఇచ్చింది.

" జయ- విజయులు " విష్ణుమూర్తి యొక్క నిజస్థానమైన " వైకుంఠం " యొక్క ద్వారపాలకులు. " వైకుంఠం " అంటే " కుంఠితం లేనిది ". " నేను ", " నాది " అన్న కుంఠితాలు లేని " వైకుంఠం " మన అంతరంగంలోనే కొలువై వుంది. దానిని చేరుకోవాలంటే మనం " ఉచ్ఛ్వాస ", " నిశ్వాస " అనే జయ విజయల యొక్క అనుమతి తీసుకోవాలి ! " జయ-విజయులు " అనే ఉచ్ఛ్వాస-నిశ్వాసలతో చెలిమిచేయడమే " శ్వాస మీద ధ్యాస " ధ్యాన విధి విధానం!

అందుకే యోగి వేమన " ముక్కులోని గాలి .. ముక్తికి మరి దారయా " అంటూ అసలైన ముక్తిమార్గ సందేశాన్నిచ్చారు ! మన శరీరంలో వున్న " ముక్కు " అనే అవయవం ఊర్ధ్వలోకాలకు ప్రవేశద్వారం అయితే .. " నోరు " అనే అవయవం నిమ్నలోకాలకు ప్రవేశం ద్వారం లాంటిది. సత్యం తెలిసినప్పుడే మన నోటినుంచి ప్రయోజనకరమైన మరి శాస్త్రీయమైన పలుకులు వస్తాయి ; అసత్యంలో ఉన్నప్పుడు నోటినుంచి అప్రయోజనకరమైన అశాస్త్రీయమైన పలుకులు వస్తాయి. అవి పరస్పర శ్రేయోదాయకంగా, మంగళకరంగా వుంటాయి కనుక సత్యంతో కూడిన పలుకులే శివరూపాలు మరి సుందర రూపాలు. " సత్యం " .. " శివం " .. " సుందరం " లోని అంతర్థాలు ఇవే !

అసత్యంతో కూడిన పలుకులు ఒక్కోసారి విజయాన్ని పొందినట్లు కనిపించినా .. అదంతా తాత్కలికమే ! వాటికి ఎలాంటి ప్రామాణిక విలువా ఉండదు. ఆ మాటలను మాట్లాడేవారు చనిపోయాక సూక్ష్మలోకాల్లోకి వెళ్ళినప్పుడు అక్కడి న్యాయనిర్ణేతలను ఎదుర్కొని ఎంతో దుఃఖం చెందాల్సివస్తుంది.

వందకు వందశాతం ఒకానొక బుద్ధునిలా సత్యంలో జీవించి అనుభవ పూర్వకంగా సత్యాన్ని తెలుసుకున్న ఆత్మ " నీది " .. " నాది " .. " నువ్వు " .. " నేను " అన్న కుంఠితాల నుంచీ, జనన మరణ చక్రం నుంచీ, విముక్తి చెంది సత్యలోకంలో స్థితమై ఉంటుంది. " అవసరం " అనుకున్నప్పుడు మాత్రం తన స్వంత ఇచ్ఛప్రకారం తగిన గర్భాన్ని ఎన్నుకుని అత్యంత ఎరుకతో మళ్ళీ భూమ్మీద పుట్టి .. కారణలోకాలకు చెందిన ఉత్తమ ఆత్మలతో కూడి లోకకల్యాణ కార్యక్రమాలను చేస్తూ వుంటుంది.

ఆవిధంగా సదా లోకకల్యాణ కార్యక్రమాల్లో నిమగ్నమై ఉండేవారు పిరమిడ్ మాస్టర్స్ ! వారు ఎక్కడికి వెళ్ళినా, ఏం చేసినా వారికి అన్నింటా జయమే .. విజయమే !

"సరియైన నడవడిక"

"లేనిది కోరరాదు, ఉన్నది కాదనరాదు ;
వస్తూంటే 'వస్తోంది' అని సంబరపడరాదు ;
పోతూంటే 'అయ్యో, పోతోంది' అనరాదు"
- శ్రీ సదానంద యోగి

"కోరి సాధించరాదు,
కోరక వచ్చింది కాదనరాదు"
- శ్రీ సదానంద యోగి

ఈ ప్రాపంచిక లోకంలో ఒక జ్ఞాని
ఎలా విహరిస్తాడో, ఎలా విహరించాలో వివరించి చెప్పేదే
ఈ "సరియైన నడవడిక" సూత్రం

అందుకే గీతాకారుడు అన్నాడు :
"కర్మణ్యేవాధికారస్తే మా ఫలేషు కదాచన"
"కర్మలు చేయడానికి మాత్రమే మనకు
అధికారం వుంది; అంతేకానీ,
వాటి ఫలం 'ఇలా వుండాలి', 'అలావుండాలి'
అని ఆశించడం సరికాదు" అని

*** ప్రాపంచికంగా ఎక్కువుగా ఆశించకుండా జీవించడమే ఆధ్యాత్మికత**
*** ప్రాపంచికంగా ఏది వస్తున్నా, ఏది పోతున్నా ఎంతమాత్రం**
చలించకుండా జీవించగలగడమే సంపూర్ణ ఆత్మజ్ఞానసారం

సర్వమత శాకాహార సమ్మేళనం"

"మై డియర్ గాడ్స్ ఆఫ్ దిస్ గ్రేట్ ఎర్త్. మొట్టమొదట మనమంతా తెలుసుకోవలసిన విషయం ' మనం దేవుళ్ళం '. తరువాత తెలుసుకోవలసిన విషయం ' సకల ప్రాణికోటి అంతా కూడా దైవమే '. "సర్వం ఖల్విదం బ్రహ్మ". ' సర్వం ' అంటే అంటా. ' ఖలు ' అంటే వున్నది. ' ఇదమ్ ' అంటే ఈ ఉన్నదంతా బ్రహ్మమే. మనం చేయవలసినవి రెండున్నాయి : ' సత్యం వద ' - ' ధర్మం చర '. సత్యం మాట్లాడాలి. ధర్మాన్ని ఆచరించాలి. సత్యం ఒక్కటే, ' సత్యం ' జీసస్‌క్రైస్ట్‌కు ఒకలా, మహావీరుడికి ఒకలా ఇంకా కృష్ణుడికి మరోలా వుండదు.

"అందరికీ ధర్మం ఒక్కటే. సత్యం ఒక్కటే. ఒక్కడే సూర్యుడు వున్నాడు. ఒక్కడే చంద్రుడు వున్నాడు. ఒక్కటే సత్యం వుంది. ఒక్కటే ధర్మం వుంది. ఆ సత్యం పేరే ధ్యానం. ఆ ధర్మం పేరే శాకాహారం."

"డియర్ ఫ్రెండ్స్, ఈ రోజు అక్టోబర్ 2. ఈ యొక్క పవిత్ర దినంలో ఇంతమంది మహాత్ములతో ఈ సర్వమత శాకాహార సమ్మేళనం మొట్టమొదటిసారిగా పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ జరుపుకుంటోంది. ఇది నాకు ఎంతో సంతోషకరమైన విషయం. ఎవరైనా సరే ... ఈ యొక్క ధ్యానం, అహింసలలో ... ఈ రెండింటిలో ... ఏదో ఒక్కటే పట్టుకోవాలంటే ... అహింసనే పట్టుకుంటాను. నాకు ధ్యానం కూడా వద్దు కానీ శాకాహారం కావాలి.

"ఈ గాంధీ జయంతి సందర్భంగా మహాపట్టణం విజయవాడలో స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ మూవ్‌మెంట్ ఈ సర్వమత శాకాహార సమ్మేళనంలో ప్రపంచమంతా కూడా శాకాహారం కావాలి అనే సంకల్పం తీసుకుని దానికోసం మనం ధ్యానం చేద్దాం."

"సరియైన దృక్పథాలు"

"సరియైన దృక్పథాలు" అంటే ఈ క్రింది లాంటివి
'నేను' అనేది 'శక్తి' , 'చైతన్యం', 'జ్ఞానం' అనే మూడింటి సముదాయం.
భౌతిక శరీరం అన్నది చైతన్యం వల్ల వచ్చిందే కానీ, చైతన్యం అన్నది భౌతిక శరీరం వల్ల జనించలేదు.
చైతన్య విస్తరణకు అవధులు ఎప్పుడూ లేవు;
చైతన్యానికి అసాధ్యం అన్నది లేనే లేదు.
ప్రతీదీ తాత్కాలికమే.
మన వాస్తవాన్ని మనమే ఎప్పటికప్పుడు, ఎక్కడికక్కడ స్వంత ఇచ్ఛతో సృష్టించుకుంటున్నాం.
'భూతకాలం' , 'భవిష్యత్ కాలం' అనేవి లేనే లేవు; ఉన్నది ఎల్లప్పుడూ ఒక్క వర్తమానకాలమే.
ఇలాగే ఇంకా, ఇంకా .... ఎన్నో .... ఎన్నో ....

'సరియైన దృక్పథాలు' బుద్ధత్వ ప్రాప్తికి అంకురాలు
'సరికాని దృక్పథాలు' బుద్ధత్వ శూన్యతకు నిదర్శనాలు

" సరస్వతీ జ్ఞానమే అసలైన సంపద "

" జాతస్య హి ధృవో మృత్యుః
ధృ వం జన్మ మృతస్య చ " అన్నది భగవద్గీత సందేశం.

ఈ రోజు మనం ఇక్కడ కైలాసపురికి వచ్చాం ! వచ్చినపని అయిపోగానే రేపు మళ్ళీ ఇళ్ళకు తిరిగి వెళ్ళిపోతాం ! " వెళ్ళిపోతాం " అని తెలిసే ఇక్కడికి వచ్చినట్లు .. ఛస్తామని తెలిసే మనం ఈ భూమ్మీద పుడతాం !

" రాక-పోక " .. " పోక-రాక .. " పుట్టుట-చచ్చుట " .. " చచ్చుట-పుట్టుట " .. ఇలా రకరకాల అందమైన అనుభవాలతో కూడిన ఒక చక్కటి బృహత్ ఆటను ఆడుతూంటాం !
ఈ కైలాసపురికి వచ్చాక మనకు ఇంట్లో ఉన్నంత సౌకర్యంగా ఉండదు .. పైగా కొన్ని ఇబ్బందులు కూడా వుంటాయి. అయినా ఆత్మానుభవం కోసం మరి అనుభవజ్ఞానం కోసం వాటిని లెక్కచేయకుండా వచ్చాం.

కాబట్టి కష్టాలు లేనిదే లాభాలు రావు ! No Pain .. No Gain ! బిడ్డ పుట్టాలంటే తల్లి తొమ్మిది నెలలు మోసి అనేక రకాల నొప్పులు భరించాలి. కన్నాక బిడ్డను చూసుకుంటే ఎంతో సంతృప్తి !

అలాగే ఎక్కడో నక్షత్రలోకాల్లో హాయిగా ఉంటోన్న మనకు భూమ్మీద పుడితే బాల్యం, ముసలితనం, రోగం-రొష్ఠు, కళ్ళు పోవడాలూ, కాళ్ళు వంగడాలూ, కర్మలు - కర్మఫలాలూ, చావు అన్నీ అనుభవించాల్సి వుంటుందని తెలుసు. అయినా పుడతాం ! ఎందుకంటే అనుభవజ్ఞానం అనే లాభం ఈ భూమ్మీద మాత్రమే దొరుకుతుంది. ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రం ఇదంతా మనకు తెలియజేస్తుంది.

ప్రతిరోజూ మనం ఈ ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానాన్ని ఔపోసన పడుతూ వుండాలి. " ఉదరపోషణార్థం " మూడు పూటలా శరీరానికి భోజనం అందించినట్లు " ఆత్మపోషణార్థం " దానికి సదా జ్ఞానాన్ని అందిస్తూనే వుండాలి. శరీరధర్మ శాస్త్రాన్ని గురించి క్షుణ్ణంగా తెలుసుకుంటే " శరీర నిర్వహణ " సులభసాధ్యమైనట్లు .. ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రాన్ని అధ్యయనం చేస్తూ ఆ ధర్మాలన్నీ ఎరుకలో ఉంచుకుంటే " ఆత్మ నిర్వహణ " అన్నది సులభమైపోతుంది.

" పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ " ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానశాస్త్రాన్ని అనేకానేక రంగాలకు అనుసంధానం చేయడానికే అంకితమై పనిచేస్తుంది ! ఆత్మ అనుభవజ్ఞాన సంపన్నులు అయిన లెడ్‌బీటర్, మేడమ్ బ్లవాట్‌స్కీ, అనీబిసెంట్, టోర్కోమ్ సెరాయ్‌డారియన్, లోబ్‌సాంగ్‌రాంపా, పీటర్ రిఛెలూ, నీల్ డొనాల్డ్ వాల్ష్, బార్బరా హ్యాండ్ క్లో, బార్బరా మార్సిన్యాక్ వంటి మరెంతోమంది ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రజ్ఞులు మనకు అందించిన ఇతరలోక సమాచారాన్ని అందరికీ అందుబాటులోకి తెస్తోంది.

రూత్ మాంట్‌గోమెరీ, సిల్వియా బ్రౌన్, జేన్ రాబర్ట్స్ వంటి ఆధ్యాత్మిక మహాశాస్త్రజ్ఞులు అందించిన ఛానెలింగ్ సమాచారాన్ని తెలుసుకోవాలి. తెలుసుకుని ధ్యానం చేసి మన మనస్సును శూన్యపరచుకుని ఉన్నతలోక వాసులకు ఛానెల్స్‌లా మారాలి. అప్పుడు వారంతా కూడా తమ పరేంగిత ప్రజ్ఞను మనకు అందిస్తూ మన ద్వారా ఈ లోకాన్ని ఒక బృందావనంలా తీర్చిదిద్దుతారు.

ధ్యానానికి నిలయమైన " కైలాసపురి " అనే ఈ మహాశక్తి క్షేత్రంలో తీర్చిదిద్ధబడి వున్న ఈ ప్రాంగణం పేరు " శ్రీ సరస్వతీ సభావేదిక " ! " సరస్వతి " అంటే " చదువు" అంటే " జ్ఞానం " !

సరస్వతి ప్రక్కన వుంటే .. బ్రహ్మ చేసే సృష్టి మరింత అద్భుతంగా ఉన్నట్లే .. ఎంతగా మనం స్వాధ్యాయం చేస్తూ వుంటే అంతగా మనలోని బ్రహ్మతత్త్వం బహిర్గతం అవుతూ వుంటుంది. ఎంతగా మనలోని బ్రహ్మతత్త్వం బహిర్గతం అవుతే .. అంతగా మనం సహసృష్టికర్తలుగా ఎదుగుతాం !

ఇలా " పైలోక వాసులతో కలిసి పనిచేస్తూ మనం ఆ లోకానికీ ఈ లోకానికీ మధ్య వారధుల్లా ఈ బృహత్కార్య నిర్వహణ కోసమే ఇక్కడ జన్మతీసుకున్నాం " అన్న సత్యాన్ని ప్రతిక్షణం ఎరుకలో ఉంచుకుని జీవించాలి. అప్పుడే మనం ఈ భూమ్మీదకు వచ్చిన పని సార్థకం అవుతుంది.

" సరస్వతీ పుత్రులు "

మనం అంతా కూడా " సరస్వతీ పుత్రులం " ! " సరస్వతీ దేవి " అంటే " జ్ఞాన సంపద ". గంగ, యమున, గోదావరి, కృష్ణ, కావేరీ నదులు కంటికి కనిపించినట్లు " సరస్వతీ నది " కంటికి కనిపించదు ! అలాగే డబ్బు-దస్కం, ఆస్తులూ-అంతస్థులు వంటివి ఒక రూపంగా కంటికి కనిపిస్తే " జ్ఞానం " అన్నది కంటికి కనిపించని మహాసంపద !

కంటికి కనిపించని " సరస్వతీ జ్ఞానాన్ని " మనకు విశేషంగా తెలియజేసే " ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానశాస్త్రం ". కంటికి కనిపించే ఈ లోకపు జ్ఞానాన్ని తెలియజేసే విద్యను " పరావిద్య " అయితే .. కంటికి కనిపించని నక్షత్రలోకాల గురించీ, గెలాక్సీల గురించీ, గ్రహాంతర జీవితాల గురించి మనకు తెలియజేసేది " అపరా విద్య " !

కైలాసపురిలో వున్న ఈ " శ్రీ సరస్వతీ సభా వేదిక " కంటికి కనపడని " అపరావిద్య " గురించి ఈ ప్రపంచానికి బోధిస్తోంది.

కఠోపనిషత్తులో " నచికేతుడి " వృత్తాంతం మనకు అపరావిద్య యొక్క విశిష్ఠతను తెలియజేస్తుంది. యమధర్మరాజు నచికేతుడికి రాజ్యాలూ, బోలెడు సంపదలూ ఇస్తానన్నాడు. " అవన్నీ వద్దు కానీ .. మనిషి చనిపోయిన తరువాత ఏమవుతుందో తెలియజేసే సరస్వతీ జ్ఞానాన్ని నాకు ప్రసాదించు " అని నచికేతుడు ప్రాధేయపడ్డాడు.

నచికేతుడు తలపండిన ముసలివాడేమీ కాడు .. పదహారేళ్ళ వయస్సున్న నవయవ్వన బాలుడు ! మనం కూడా నచికేతుడిలాగా చిన్నతనం నుంచే అపరావిద్యలో నిష్ణాతులం కావాలి. ఆ సరస్వతినీ జ్ఞానాన్ని అందుకోవడానికి తహతహలాడాలి. పదహారేళ్ళ యువకుడు సరస్వతీ జ్ఞానం కోసం యమధర్మరాజునే నిలదీసినప్పుడు మనమెందుకు ఖాళీగా కూర్చోవాలి? ! ఆ అపరావిద్య సమాచారాన్ని అందుకునేంతవరకు " నచికేతుడు పట్టిన పట్టు "లా తపన పడుతూనే వుండాలి.

" సరస్వతీ జ్ఞానం " పొందడం అంటే తగిన స్వాధ్యాయయోగం చేస్తూ మేధస్సును పెంచుకోవడం. ముక్కంటిలా తగిన ధ్యానం చేసి దివ్యచక్షువును ఉత్తేజితం చేసుకుని కోటానుకోట్ల లోకాలను దర్శించడం !

పిరమిడ్ మాస్టర్లంతా సరస్వతీ పుత్రులుగానే కాకుండా అద్భుతమైన " పిరమిడ్ పుత్రులు "గా కూడా విరాజిల్లుతూ వున్నారు. పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్‌కి " పిరమిడ్ " అన్న మహావరం గ్రహాంతరవాసులనుంచి ఇవ్వబడింది. అందుకే పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ తమ తమ స్వగృహాల్లో చిన్నవో, పెద్దవో పిరమిడ్‌లతో అనుసంధానం అయి వుంటారు. తమ తమ కాలనీల్లో, గ్రామాల్లో, పట్టణాల్లో ధ్యాన పిరమిడ్‌లను నిర్మిస్తూ ఆయా ప్రదేశాలను శక్తిక్షేత్రాల్లా మలుస్తున్నారు. ఇలా భూమిని శక్తిక్షేత్రంలా మలిచే ప్రక్రియ మరింత వేగవంతం కావాలి ! మహా యోగి కబీర్ చెప్పినట్లు " రేపు చెయ్యాల్సిన పనులను ఈ రోజే చెయ్యాలి ; ఈ రోజు చెయ్యాల్సిన పనులను ఇప్పుడే చేసేయ్యాలి ". రేపు ఏం జరుగబోతోందో మనకు తెలియదు కనుక చెయ్యాల్సినవన్నీ ఇప్పుడే చేసెయ్యాలి ! ధ్యానం కానీ .. పిరమిడ్ నిర్మాణం కానీ వెంటనే చేసెయ్యాలి !

సప్త జ్ఞాన భూమికలు

మానవాళి లో రెండు రకాల వారున్నారు.

(1) జ్ఞానులు (2) అజ్ఞానులు

జ్ఞానంలో ఏడు స్థితులున్నాయి. వీటినే సప్త జ్ఞాన భూమికలు అంటాం.
(1) శుభేచ్ఛ (2) విచారణ (3) తనుమానసం (4) సత్త్వాపత్తి
(5) అసంసక్తి (6) పదార్థభావని (7) తురీయం
అన్నవే సప్త జ్ఞాన భూమికలు.

1) శుభేచ్ఛ:నాకు బ్రహ్మజ్ఞానం కావాలి అన్న ఇచ్ఛ; నేను శాశ్వత దుఃఖరాహిత్య పదవి పొందాలి అన్న తీవ్ర ఆకాంక్ష.

2) విచారణ: బ్రహ్మజ్ఞాన ప్రాప్తి ఏ విధంగా పొందాలి? అన్న మీమాంస; బ్రహ్మజ్ఞాన ప్రాప్తి విధానమే - ధ్యానం, స్వాధ్యాయం, సజ్జన సాంగత్యం అని తెలుసుకోవడం.

3) తనుమానసం: ఇంక విచారణ ద్వారా సాధనా మార్గం తెలుసుకున్నాం గనుక, తత్ సాధనలో నిమగ్నులై ఉండడమే తనుమానసం. అంటే, ధ్యాన, స్వాధ్యాయ, సజ్జన సాంగత్యాలకు ఏ రోజూ విఘ్నం లేకుండా గడపడం. అదే తనుమానసం.

4) సత్త్వాపత్తి: శుద్ధసాత్త్వికం సాధించడమే సత్త్వాపత్తి, అంటే తమోగుణం, రజోగుణం అన్నవి పూర్తిగా శూన్యమైన స్థితి. ఇక మిగిలింది శుద్ధ సాత్త్వికమే. తమోగుణం అంటే సోమరితనం, రజోగుణం అంటే నాకు తెలుసు అనే అధికార దర్పం. ఈ నాల్గవ జ్ఞానభూమిక ధ్యాన, స్వాధ్యాయ, సజ్జన సాంగత్యాల సాధన తీవ్రస్థాయి నందుకునే స్థితి; ఆ తీవ్రత ద్వారా నాడీమండలం పూర్తిగా శుద్ధమైన స్థితి; మనస్సు పూర్తిగా కంట్రోలు అయిన స్థితి; అదే యోగి అయిన స్థితి. అహం బ్రహ్మాస్మి అని చక్కగా సిద్ధాంతపరంగా తెలుసుకున్న స్థితి. బ్రహ్మవిదుడు అయిన స్థితి.

5) అసంసక్తి: దివ్యచక్షువు ఉత్తేజితమవుతున్న స్థితి. తనువు, మరి సంసారం, రెండూ తాత్కాలికమైనవే అని సంపూర్ణంగా తెలుసుకున్న స్థితి. కనుక, ఈ రెంటి మీద పూర్తిగా అనాసక్తి పొందిన స్థితి; అదే అసంసక్తి. దీన్నే పద్మపత్రమివాంభసా అన్నాడు కృష్ణుడు గీతలో. అయితే ఇతనికి సంసారంలో అసంసక్తి వున్నా, ధర్మ-నిష్ఠుడు, మరి కర్మ - నిష్ఠుడు; తనువు పట్లా, మరి సంసారం పట్లా తటస్థ దృష్టి కలిగి వున్నవాడు. దివ్యచక్షువు ఉత్తేజితమైంది కనుక, సత్యద్రష్ట కాబోతున్నాడు కనుక, పూర్తిగా దాని మీదే ఆసక్తినీ, ఏకాగ్రతనూ నిలిపినివాడు. ఇదే అసంసక్తి. ఇతనినే బ్రహ్మవిద్వరుడు అంటాం.

6) పదార్థభావని: అంటే దివ్య చక్షువును క్షుణ్ణంగా ఉపయోగించుకుంటున్నవాడు. ప్రతి పదం యొక్క అర్థంలో, ప్రతి వస్తువు యొక్క భావంలో ప్రత్యక్షంగా నివసిస్తున్న వాడు. అంటే బ్రహ్మవిద్వరీయుడు అయిన స్థితి. ఇదే సిద్ధస్థితి; ఇదే సవికల్ప సమాధిస్థితి కూడా. అంటే ఎన్నో సమాధానాలు దొరికినా ఇంకా కొద్దిగా, సంశయాలు వున్న స్థితి.

7) తురీయం: ఇది మానవుని యొక్క పూర్ణవికాసస్థితి, సిద్ధుడు బుద్ధుడు అయిన స్థితి. అందరినీ యోగులుగా, సిద్ధులుగా, బుద్ధుళ్ళుగా మలచడానికి కంకణం కట్టుకొని, తత్ పరిశ్రమలో పూర్తిగా నిమగ్నమై వున్నవాళ్ళనే బుద్ధుడు అంటాం. ఇదే సహస్రదళకమలం; ఇదే వేయిపడగలపాము.
ఒక్కొక్క మనిషినీ యోగిగా మలచినప్పుడల్లా సహస్రదళ కమలంలో ఒక్కొక్క రేకు విచ్చుకుంటుంది. ఇతనినే బ్రహ్మ విద్వరిష్ఠుడు అంటాం.
తురీయం అంటే సర్వసామాన్యమైన జాగృత, స్వప్న, సుషుప్త స్థితులను దాటినవాడు. తురీయ అంటే మూడింటినీ దాటిన అని అర్థం; అంటే నిర్వికల్పసమాధి స్థితి కి చేరుకున్న స్థితి. సమాధి అంటే సమాధానాలు తెలుసుకున్న స్థితి. నిర్వికల్ప సమాధి అంటే ఏ సందేహాలూ, ఏ సంశయాలూ లేని స్థితి.

"సన్యాసం"

" సమ్యక్ + న్యాసం = సన్యాసం. "
సమ్యక్ = సరియైన ; న్యాసం = త్యజించటం
సన్యాసం = సరియైన వాటిని త్యజించడం

" సన్యాసం " అన్నది నాలుగు రకాలు. . .

" మర్కట సన్యాసం "
చిన్న చిన్న కారణాలకే సన్యాసులుగా మారతారు. వున్న సంసారం వదిలిపెట్టేస్తారు. కొన్ని రోజులకు ఇంకో సంసారంలో తగులుకుంటారు. ఇది శూద్ర సన్యాసం.

" ఆపత్ సన్యాసం "

కాసేపటిలోనో, మరికాసేపటిలోనో చనిపోతానని తెలిసి స్వర్గంలో స్థానం పొందాలన్న ఆశతో సన్యాసం స్వీకరిస్తారు. ' ఆపద ' అంటే మరణ సమయంలో తీసుకునే సన్యాసం. ఇది వైశ్య సన్యాసం.

" క్షత్రియ సన్యాసం "

మేధోతత్వానికి చెందినవారు. సత్యాన్ని తెలుసుకోవాలన్న ఆకాంక్ష, జ్ఞానతృష్ణతో ... తమకున్న ప్రతిదానినీ త్యజించి ... సన్యాసం స్వీకరిస్తారు. వివేకానందుని వంటివారు. ఇది క్షత్రియ సన్యాసం.

" విద్వత్ సన్యాసం "

అత్యున్నతస్థాయి ... ఆత్మస్థాయి. అజ్ఞానాన్ని వదులుతారు తప్ప, సంసారాన్ని కాదు. దైనందిన జీవితంలో అనవసరమైన వాటిని వదిలిపెట్టి అవసరమైన వాటికి మాత్రమే పరిమితమౌతారు. ఇదే బ్రాహ్మణ సన్యాసం. అంటే సంసారంలోనే నిర్వాణం జోడించడం అన్నమాట. అంటే' **పిరమిడ్ మాస్టర్స్** 'అన్నమాట.

సన్యాసం -2"

"సమ్యక్ న్యాసం" = "సన్యాసం"
'సమ్యక్' = 'సరియైన'
'న్యాసం' = 'వదిలిపెట్టడం'
కనుక, "సన్యాసం" అంటే,
"ఏవి అయితే వదలిపెట్టాలో వాటిని వదలి పెట్టడం"
" ఏవి అయితే త్యాజ్యనీయమో వాటిని త్యజించడం"

అయితే వేటిని వదిలి పెట్టాలి?

"నేను ఇదే" అనే భావాన్ని ;
"నేను ఇంతే" అనే భావాన్ని ;
"నేను వేరే, నువ్వు వేరే" అనే భావాలను ;
"ఇది నాది" అనే భావాన్ని

చేయవలసింది "సర్వ 'సంఘ' పరిత్యాగం" కాదు . .
చేయవలసింది "సర్వ 'సంగ' పరిత్యాగం",
"సంఘం" అంటే "చుట్టుప్రక్కల వున్న వ్యక్తుల సముదాయం"
"సంగం" అంటే "మితిమీరిన 'నా' అనే భావన"
అంటే "అన్డ్యూ ఎటాచ్‌మెంట్" అన్నమాట

కలిసివుండాలి 'సంఘం' తో . . కానీ 'సంగం' లేకుండా.
- "పద్మపత్రమివాంభస"
"తామరాకు మీద నీటిబొట్టు వున్నట్లు" అన్నమాట

సంఘం వాంఛనీయం; అది మన పురోగతికి తప్పనిసరి
'సంగం'అవాంఛనీయం; అది మన పురోగతికి గొడ్డలిపెట్టు

సర్వ 'సంగం'పరిత్యాగమే సమ్యక్ న్యాసం

" సంకల్పశక్తి "

ఈ సకలచరాచర సృష్టిలో కేవలం మనం మాత్రమే ఇతర జంతుజాలానికంటే పరిణామక్రమంలో వున్నతమైన స్థానంలో వున్నాం. దానికి కారణం కేవలం మనకు ఉన్న " ఆలోచన శక్తి " మాత్రమే.

సృష్టియొక్క ఆకర్షణా సిద్ధాంతాన్ని అనుసరించి .. మన జీవితంలో సంభవించే ప్రతిఒక్క సంఘటన కూడా తనదైన ఒకానొక చైతన్య శక్తితరంగాన్ని కలిగివుంటుంది. ప్రతిరోజూ మనం పొందుతోన్న అనుభవజ్ఞానం ఆధారంగా మనం చేసే ఆలోచనలను అనుసరించి అది వివిధ స్థాయిలుగా రూపాంతరం చెందుతూ వుంటుంది. ఇలా అనేకానేక సంఘటనల సమాహారం అయిన మన జీవితం అంతా కూడా మనం చేసే ఆలోచనల మీదే ఆధారపడి వుంది అన్న విషయాలను మనకు విస్తారంగా తెలియజేసేదే " ఆలోచనాశాస్త్రం. "

ఎప్పుడయితే మనం ఈ " ఆలోచనాశాస్త్రం " యొక్క తీరుతెన్నులను చక్కగా అవగాహన చేసుకుంటామో .. అప్పుడే మనం " సంకల్పశాస్త్రం " లో కూడా నిష్ణాతులం అవుతాం మరి మన జీవితాలను మనమే నవ్యమైన రీతిలో నడుపుకోగలుగుతాము.
మన సంకల్పశక్తిని బట్టే మన చుట్టూ ఉన్న వాతావరణం యొక్క శక్తి కూడా ఆధారపడి వుంటుంది కనుక మనచుట్టూ వున్న ప్రపంచంలో మనం కూడా హాయిగా బ్రతకాలంటే .. మనం మన సంకల్పశక్తి గురించి విస్తారంగా తెలుసుకోవాలి.

" ఆలోచనాశాస్త్రం "

సాధారణంగా మనం మన మానసిక ప్రపంచంలో సృష్టించుకునే ఏదేని ఒక ఆలోచన .. భౌతిక ప్రపంచంలో కార్యరూపం దాల్చే లోపు అది ద్వంద్వపూరిత ఘర్షణకు గురి అవుతుంది. ఆ ఘర్షణ యొక్క ప్రభావం వల్ల ఉత్పన్నమయ్యే శక్తి తరంగాలు మన చుట్టూ వున్న వాతావరణంపై తమ ప్రభావాన్ని చూపిస్తూ .. వాటి వాటి శక్తితరంగ స్థాయిలను అనుసరించి బయటి ప్రపంచంలో రకరకాల వాస్తవాలను సృష్టిస్తూంటాయి.ఇలా మన ఆలోచన అన్నదే మన చుట్టూ ఉన్న ప్రపంచంలో సకల వాస్తవాలను సృష్టిస్తూంటుంది కనుక .. " పైన ఆకాశంలో వున్న ఏ దేవుడో వచ్చి మనల్ని ఉద్ధరిస్తాడు " అన్న అపోహలోంచి ముందు మనం బయటపడాలి. మన " ఆలోచనల ఎంపిక " లో అత్యంత శాస్త్రీయతతో కూడిన జాగరూకతను మనం కలిగి వుంటూంటే .. మన వాస్తవాలు కూడా అంతే నాణ్యతను సంతరించుకుంటూ వుంటాయి అన్న సంగతిని గ్రహించాలి.

ఉదాహరణకు .. మనం ఒకానొక గొప్ప సంగీతజ్ఞుడి కచేరీకి వెళ్ళి చక్కగా అతడి పాటలను ఆస్వాదించాం అనుకుందాం. అప్పుడు మనకు " నేను కూడా అలా అద్భుతంగా పాడితే ఎంత బాగుంటుంది. " అన్న ఆలోచన వస్తుంది. హృదయానికి హత్తుకుపోయిన ఆ సంగీత కార్యక్రమం పట్ల పదే పదే ప్రభావితమైన మన ఆలోచన .. పదే పదే మన మనస్సు లోని చైతన్యాన్ని తట్టి లేపుతూ వుంటుంది. అప్పుడు అది ఒక గొప్ప " కోరిక " గా రూపుదిద్దుకుని ఇక మనల్ని నిలువనియ్యకుండా కూర్చోనియ్యకుండా, మన అంతరంగాన్ని సంగీతం నేర్చుకునేలా ఉత్సాహపరుస్తూనే వుంటుంది.

ఇలా మన " ఆలోచనాశక్తి " ఎంతగా బలోపేతమవుతూ వుంటే .. అంతగా మనకు సంగీతం నేర్పేవారో, సంగీత సాధన చేసేవారో ఎదురవుతూనే ఉంటారు.

అలాగే ఏదేని ఒక ఆట గురించి కూడా పదే పదే ఆ ఆటకు సంబంధించిన ఆలోచనను మనస్సులోకి తెచ్చుకుంటూంటే ఆలోచన మరింత మరింతగా బలం పుంజుకుని శక్తివంతం అవుతూ " ఇష్టం " గా మారి ఏదో ఒకనాటికి మనల్ని ఒక గొప్ప ఆటగాడిగా నిలబెడుతుంది.

ఆధ్యాత్మికతకు సంబంధించి కూడా అంతే. " జీసస్ క్రైస్ట్ " ప్రవచనాలను వింటూన్నప్పుడు ఆ సమస్త జ్ఞానం అంతా కూడా మన మనస్సులో నిండిపోయిందనుకోండి. అప్పుడు మనకు కూడా " జీసస్ లాగానే ఉండిపోవాలి " అనిపిస్తుంది. దాంతో మనం ఏసుక్రీస్తు యొక్క దివ్యలక్షణాలైన దయ, కరుణలతో కూడిన సమూహాలతో తిరుగుతూ వారినుంచి జ్ఞానాన్ని పొందుతూంటాం. ఏసుక్రీస్తు లాగే ధ్యానం చేస్తూ ఆయనలాగే దేవుని రాజ్యంలోకి ప్రవేశించి పునీతులమవుతూంటాం. ఇలా మొక్కవోని దీక్షతో సాధన చేస్తూంటే .. క్రమక్రమంగా మనం కూడా ఖచ్చితంగా ఏసుక్రీస్తులాగే పరిమారిపోతాం.

" కపిలవస్తు " రాజకుమారుడైన గౌతమబుద్ధుడు అప్పటి వరకు సమస్తరాజ భోగాలను అనుభవిస్తూ కూడా రాజభవనం నుంచి బయటకు రాగానే .. దుఃఖాన్నీ, బాధనూ చూసి విచలిత మనస్కుడయ్యాడు. " అసలు ఈ దుఃఖానికి మూలకారణం ఏమిటి ; దీని నుంచి నా ప్రజలను ఎలా విముక్తులను చెయ్యాలి " అన్న ఆలోచన అతని మనస్సులో మొదలైంది.

ఇక దాంతో అతడు అంతవరకూ తాను అనుభవిస్తోన్న సకల రాజభోగాలను తృణప్రాయంగా వదిలి పెట్టేసి .. తన మనస్సులోని దృఢమైన ఆలోచనను అనుసరిస్తూ వెళ్ళి .. తనలాగే సత్యాన్వేషణలో నిమగ్నమై ఉన్న ఎందరెందరో గురువులను కలిసాడు. వారితో సహవాసం నెరపి వాళ్ళ దగ్గరినుంచి ఎంత నేర్చుకోవాలో అంతే నేర్చుకుని .. దానిని సాధన చేసి తన అనుభవజ్ఞానంలా మలచుకున్నాడు. ఆ సాధనా క్రమంలోనే అతడు ఎన్నెన్నో విశ్వరహస్యాలను ఛేధించాడు.

సంకల్పం మాత్రం చేతనే మానవులంతా కర్మపరంపరలో మరి జన్మపరంపర లో పడి ఎలా కొట్టుకుపోతున్నారో తెలుసుకున్నాడు. సంకల్పానికి ఉన్న అనంత శక్తికి వున్న పరిధులను అవగాహన చేసుకున్నాడు. సంకల్పం యొక్క దిశను మార్చడం వల్ల మారిపోయే కార్యకారణ సిద్ధాంతం మరి పునర్జన్మ సిద్ధాంతాల బృహత్ స్వరూపాలను అర్థం చేసుకున్నాడు. ఈ దివ్యప్రణాళికను అంతా వివరణాత్మకంగా అవగాహన చేసుకుని దివ్యజ్ఞాన ప్రకాశంతో నిండిపోయిన బుద్ధడయ్యాడు.

గౌతముడు రాజభవనంలో ఉన్నంతసేపు అతడు ఏ జన్మకారణంతో పుట్టాడో దానిని కనీసం తలపునకు కూడా తెచ్చుకోలేకపోయాడు. కానీ ఎప్పుడయితే అతడు తన రాజభోగాల ‘ మాయ ’ ను ఛేధించుకుని బయటికి వచ్చాడో .. అప్పుడు తనకు కావలసినవన్నింటినీ కూడా అతి తక్కువ సమయంలోనే పొంది తన జన్మను సార్ధకం చేసుకుని .. లోకానికికంతటికీ మార్గదర్శనం చేసి బుద్ధుడయ్యాడు.

కాబట్టి మన సంకల్పశక్తి ఎంత బలీయంగా ఉంటే, ఎంత అంకితభావంతో కూడుకుని వుంటే అంత ఖచ్చితంగా మనం అనుకున్న గమ్యానికి చేరుకుంటాం. దీనినే మనం నిర్ణయాత్మక శక్తితో కూడిన " సంకల్ప శుద్ధి " అంటాం.

కొన్నిసార్లు మనం ఏ ఆలోచన చేస్తామో .. దానికి పరస్పర విరుద్ధమైన అనేకానేక వికల్పాలు కూడా పుట్టుకుని వచ్చి .. మనం ముందుగా చేసిన ఆలోచనలను నిర్వీర్యం చేస్తూంటాయి. దీంతో మన మనస్సు అల్లకల్లోలానికి గురి అయ్యి .. మనల్ని అయోమయానికీ, అశాంతికీ గురిచేస్తుంది. దీనినే మనం " నకారాత్మక ఆలోచనా విధానం " అంటాం.

ఇలాంటి అశాంతిమయమైన ఆలోచనా విధానంలోంచి మనం బయటికి రావాలంటే మన ఆలోచనల పట్ల మనం విశేషమైన స్పష్టతను కలిగివుండాలి. అప్రయోజనకరమైన ఆలోచనల పట్ల ఉపేక్ష వహించగలగాలి. మన హృదయం సంపూర్ణంగా అమోదించిన ఆలోచననే మన మనస్సులో ధారణ చేయగలగాలి. వికల్పాలతో కూడిన సంకల్పాలు ఎన్నటికీ నెరవేరవు .. మరి అవి మన శక్తిని క్షీణింపజేసి మన జీవితాలను అస్తవ్యస్తం చేస్తూ .. మన జీవితం మన చేతుల్లో లేకుండా చేస్తాయి.

కనుక ఒక్క అడుగు ముందుకూ మరి నాలుగు అడుగులు వెనుకకూ వేసే వికల్పాలతో కూడిన ఆలోచనా విధానం వల్ల మనకు ఎంతమాత్రం మేలుచేకూరదు అన్న సంగతి తెలుసుకోవాలి.

మన పుట్టుకను కూడా మనం మన స్వ- ఇచ్ఛతో కూడిన సంకల్పం ద్వారానే ఎంచుకుని మరీ పుడ్తాం. మనకు ఎలాంటి దేహం కావాలో, ఎలాంటి సమాజంలో, కుటుంబంలో, ఎలాంటి తల్లితండ్రులకు మనం పుట్టాలో అన్నీ కూడా మన ఆలోచన ప్రకారమే సూక్ష్మలోకాల్లో సంకల్పించుకుని మనం పుడుతాం. ఆత్మపరిణామం కోసం " సరిక్రొత్త అనుభవాలను పొందడానికి ఇది వరకు జన్మలకంటే ఇదే సరి అయిన జన్మ " అని నిర్ణయించుకుని .. ఆ నిర్ణయానికి తగ్గట్లుగా భూలోకంలో కావలసిన పరిస్థితులనూ సహచరులను కూడా మన స్వ-ఇచ్ఛ ప్రకారమే ఎంపిక చేసుకుంటాం.
ఇలా పుట్టమని కూడా మనల్ని ఎవ్వరూ శాసించరు. కేవలం మనం సంపూర్ణ స్వంత ఇష్టం ప్రకారమే ఈ భూమ్మీద జన్మతీసుకుంటాం. ఈ భూమ్మీద ఇంతవరకు ఎవ్వరూ కూడా సంకల్పం లేకుండా స్వ-ఇచ్ఛతో కాకుండా ఒక తల్లి గర్భంలో జన్మతీసుకోవడం అన్నది జరగలేదు.. కానీ పుట్టాక ఇదంతా మరచిపోయి .. " నా జీవితం ఇలా తగలబడింది ; నాకు వీళ్ళు ఇంకా ఏదో చేయలేదు " అంటూ నెపాన్ని ఇతరుల మీదకు నెట్టుతూ అత్మజ్ఞానం లేని మూర్ఖుల్లా ప్రవర్తిస్తూంటాం.

" ఎప్పుడయితే ధ్యానం ద్వారా మనం మన అంతరంగాన్ని తరచి చూసుకుని .. " మన దౌర్భాగ్యాన్నీ, మన దరిద్రాన్నీ, మన విషాదాలనూ మరి మన రోగగ్రస్త జీవితాలనూ మనమే సృష్టించుకున్నాం " అన్న ఎరుకను తెచ్చుకుంటామో .. అప్పుడే మనం అజ్ఞానం నుంచి శాస్త్రీయంగా బయటపడే జ్ఞానాన్ని పొందుతాం. కాబట్టి మన జీవితం యొక్క నాణ్యత, సమర్థత శాస్త్రీయత అన్నవి మన స్వ-ఇచ్ఛతో కూడిన సంకల్పశక్తి మీదనే ఆధారపడి వుంటాయి అన్నది మనం ప్రతిక్షణం ఎరుకలో ఉంచుకోవాల్సిన సత్యం.

మనం మన జీవిత గమనంలో విజయాన్ని సాధించాం అంటే దానికి కారణం మన సంకల్పబలమే మరి మనం అక్కడ చావుదెబ్బ తిన్నాం అంటే దానికి కారణం కూడా అది మన సంకల్పబలహీనతే అన్నది పరమసత్యం మనిషి చంద్రమండలంపై కాలుపెడతానని కలగన్నామా ? అనంత మనిషి ఎవరెస్ట్ శిఖరాన్ని ఎక్కుతాడని కలగన్నామా ? మనిషి ఒక చిన్ని మరపడవలో అట్లాంటిక్ మహాసముద్రం పై ఈ మూల నుంచి ఆ మూలకు ప్రయాణిస్తాడని అనుకున్నామా ? కానీ ఈ ఊహలన్నీ ఈ రోజు నిజం అయ్యయంటే దానికి కారణం ఆ పనిని నిజం చేసిన వాళ్ళ యొక్క మహాసంకల్ప బలమే. వాళ్ళ ఆలోచనల్లోని స్పష్టత మరి వాళ్ళ ఆలోచనలపై వాళ్ళకు ఉన్న పట్టు. ఆ పట్టుదలే .. వాళ్ళల్లో ఆ సంకల్పబలాన్ని పెంపొందింప చేసి .. అనుకున్న పనిని పూర్తిచేసేలా వాళ్ళకు కావాల్సిన శక్తిని కలుగజేసింది.

కాబట్టి మన సంకల్పశక్తితో మనం ఎంచుకున్న మన జీవితాన్ని సఫలీకృతం చేసుకోవాలి అంటే మనలో ఉండవలసింది ఎంతోగొప్ప " సంకల్ప శుద్ధి ", " సంకల్ప శుద్ధి " వుంటేనే " సంకల్పశక్తి " వస్తుంది ; " సంకల్ప శక్తి " ఉంటేనే " సంకల్పసిద్ధి " మనకు కలుగుతుంది. జీవితాన్ని అద్భుతంగా జీవించడానికి అవసరం అయ్యే ఇంతగొప్ప " సంకల్ప శుద్ధీ " గురించీ, " సంకల్పశక్తి " గురించీ మరి " సంకల్ప సిద్ధి " గురించీ పిల్లలకు చిన్నప్పటి నుంచే విస్తారంగా బోధించాలి. జన్మతీసుకున్న ప్రతిఒక్క జీవితం కూడా ఖచ్చితంగా సఫలీకృతం అయ్యేతీరాలి కనుక పిల్లలను " సంకల్పశుద్ధ మూర్తులు " గా తీర్చిదిద్దాలి. " ధ్యాన శాస్త్రాన్నీ " " ఆలోచనా తరంగాల శాస్త్రాన్నీ " వారిని ప్రయోగ పూర్వకంగా బోధించి వారిని " ధ్యానశాస్త్ర విద్యాపారంగతులు " గా చెయ్యాలి.

మనమనస్సులో పుట్టే ప్రతి సంకల్పం .. అది ప్రయోజనకరమైందా లేక అప్రయోజనకరమైందా అన్నది మన జన్మజన్మల సంస్కారం పైనా .. మన మనో నిబ్బరత పై ఆధారపడి వుంటుంది. కనుక దానికి వున్న ఒక శక్తి పరిధిని బట్టి మన ఆలోచనా విధానం నాలుగు రకాలుగా సాగుతూ వుంటుంది.

1. వినాశకరమైన సంకల్పాలు ; 2. నకారాత్మకమైన సంకల్పాలు ;
3. సకారాత్మకమై సంకల్పాలు ; 4. అద్భుతమైన సంకల్పాలు

" వినాశకరమైన సంకల్పాలు "

మొట్టమొదటిసారిగా మనం ఒక మోటార్ సైకిల్ ను కొనుకున్నాం అనుకుందాం. దానిపై కూర్చుని " ఆక్సిడెంట్ ఖచ్చితంగా అవుతుంది ; ఫలానా వాళ్ళకు అలాగే జరిగింది " అనుకుని పదే పదే ఆక్సిడెంట్స్ జరిగిన వాళ్ళనే తలుచుకుంటూ .. ఆ సంఘటనలను గురించే భయపడుతూంటే అది మన సంకల్పానికి భయంకరమైన వినాశకరశక్తిని జోడించి అతి త్వరలోనే నిశ్చయంగా మనకు ప్రమాదం జరిగేట్లుగా చెస్తుంది. మనం ఏది కావాలని గాఢంగా కోరుకుంటామో దానిని మన ముందు సాక్షాత్కరింపచేసే " సూపర్ మేన్ " లాంటి సంకల్పశక్తి మన మనస్సుకు ఉండడమే దానికి కారణం.

కాబట్టి చిన్నప్పటినుంచి పెద్దలు మనకు నూరిపోసిన " కీడెంచి మేలెంచాలి " అన్న మాటను మన మనస్సులోంచి వెంటనే తొలగించుకోవాలి. ఏది కావాలో దానినే స్పష్టంగా ఎంచుకునే మానసికాభ్యాసాన్ని చేయాలి.

"నకరాత్మక సంకల్పాలు "

" ఏమో, పరీక్ష వ్రాయడానికి వెళ్తున్నాను కానీ .. అక్కడ ఏం జరుగుతుందో ఏమో, చదివినవన్నీ వస్తాయో లేదో " అంటూ అస్పష్టమైన డోలాయమాన స్థితిలో కొట్టుమిట్టాడుతూ ఆ వికల్పాలతో మన సంకల్పాలకు మనమే " నకారాత్మక శక్తి "ని జోడించేస్తుంటాం.

ఇలాంటి నకారాత్మక శక్తితో కూడిన " వికల్ప సహితసంకల్పాలు " మన ఆత్మాభివృద్ధికి ఎంతమాత్రం ప్రయోజనకరం కావు. దీనివల్ల .. క్షణక్షణం మనం ప్రమాదం అంచుల్లో జీవిస్తూ .. చావు తప్పికన్ను లొట్టపోయిన శక్తిహీనుల్లా మారి జీవితాలను నరకప్రాయం చేసుకుంటూ ఉంటాం.

"నకారాత్మక సంకల్పాలు "

" నేను ఖచ్చితంగా విజయం సాధించే తీరుతాను " .. అది పరీక్షే కానీ లేదా మొట్టమొదటిసారి ఒక వాహనం నడపడమే కానీ, లేదా ధ్యానం చెయ్యడమే కానీ, " నేను తప్పకుండా చేసే తీరుతాను ' అన్న " వికల్పరహిత సంకల్పశుద్ధి " తో ముందుకు కదలడమే " సకారాత్మకమైన ఆలోచనా ధోరణి ".

ఇలా ధ్యానం ద్వారా మన మనస్సులో సకారాత్మక ఆలోచనా తరంగాలు సదా సుప్రతిష్ఠితమై వుండాలి. మనస్సును ఎంత శూన్యంగా వుంచుకుంటే మనస్సు యొక్క శక్తి అంత ఉధృతంగా వుంటుంది ; మనస్సును ఎంత పరిశూన్యంగా వుంచుకుంటే మన సంకల్పశక్తి అంత ప్రఛండంగా వుంటుంది. అవసరం అయితేనే మాట్లాడాలి కానీ అవసరం లేని మాటలను బొత్తిగా మాట్లాడకూడదు ; అవసరం లేని ఆలోచనలను మన మనస్సులో ఒక్క క్షణం కూడా చోటు ఇవ్వరాదు.

మనస్సుకు ఈ అభ్యాసం అలవడాలంటే మనం ఇతోధికంగా మౌనం పాటించాలి ; ఇతోధికంగా ధ్యానం చేయాలి ; ఇతోధికంగా ఎరుకతో జీవించాలి.

" అద్భుతమైన సంకల్పశక్తి "

" కొందరి జీవితాలు అస్తవ్యస్తంగానూ మరి కొందరి జీవితాలు సఫలంగా, విజయవంతంగా ఉన్నాయి " అంటే దానికి కారణం వారిలో భిన్నభిన్న మోతాదుల్లో వున్న సంకల్పశుద్ధి మాత్రమే. ఒక్కోసారి మనకు " నేను ప్రైమ్ మినిస్టర్ కావాలి " అనీ, ఒక్కోసారి " నేను బుద్ధుడిగా కూడా కావాలి " అనీ అనిపిస్తూ వుంటుంది. ఇవి రెండూ పరస్పర విరుద్ధమైన ఆలోచనలు.

బుద్ధుడిగా కావాలంటే రాజకీయాలు మరచిపోవాలి ; ప్రైమ్ మినిస్టర్ కావాలంటే బుద్ధత్వం గురించి మరచిపోవాలి ; పేరు ప్రతిష్టలూ మరి దాంతో పాటే దుఃఖరాహిత్యమూ కావాలి అంటే కుదరదు. ఆ రెండూ పరస్పర విరుద్ధమైన లక్ష్యాలు మరి ఒకే జీవితం కాలంలో అవి సాధ్యం కావడం ఎంతో కష్టం, కాని సాధ్యం అయ్యేతీరాలి. కీర్తిప్రతిష్టలతో పాటే దుఃఖరాహిత్యాన్ని కూడా ఒకే జన్మలో సాధించడం కేవలం ఒకానొక యోగికి మాత్రమే సాధ్యం. అలాంటి ధ్యాన యోగంలోనే మన జీవితాలు అద్భుతంగా మారిపోతాయి.

అందుకుగాను మనం ఇతోధికంగా ధ్యానశక్తిని పెంపొందించుకోవాలి. ప్రాపంచిక జీవితంలో ఉంటూనే బురదలో వికసించే పద్మంలా జీవించాలి. ప్రాపంచిక జీవితంతో ధ్యానాన్నీ, జ్ఞానాన్నీ ఐక్యం చేసి ఎప్పుడైతే మనం ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రజ్ఞుల్లా మారి అత్యంత శాస్త్రీయతతో జీవిస్తూంటామో .. అప్పుడు మనం చేపట్టిన కార్యం ఏదైనా సరే శక్తివంతంగా మారి లోకకల్యాణ కార్యక్రమంగా రూపుదాల్చుతుంది.

ఆత్మజ్ఞానం పట్ల ఏ మాత్రం అవగాహనలేకుండా కేవలం తిండీ, నిద్రలకే ప్రాముఖ్యతను ఇస్తూ, అశాశ్వతమైన లౌకిక సంపదలను కూడగట్టుకుంటూ తన స్వార్థం కోసమే బ్రతికే సగటు మానవుడికి ఇది అసాధ్యం అవుతూండవచ్చు .. కానీ ఆధ్యాత్మికతను సంతరించుకున్న వారికి మాత్రం అన్ని రంగాల్లో అఖండ విజయం సాధించడం చాలా తేలిక. కేవలం ఒకానొక " ధ్యానయోగి " మాత్రమే తన అఖండమైన సంకల్పశక్తితో, అద్భుతమైన సంకల్ప శుద్ధితో తన జీవితాన్ని విజయపథంవైపు అలవోకగా నడిపించుకుంటూ జీవించడంలోని ఆనందాన్ని ప్రతిక్షణం అనుభవిస్తూంటాడు.

" సంకల్ప శక్తికి అవధులు లేవు "

ఇలా నిరంతర ధ్యాన-జ్ఞాన సాధనల ద్వారా తమ సంకల్పాలను పరిశుద్ధం చేసుకున్న వారే .. పిరమిడ్ మాస్టర్స్. ధ్యానం ద్వారా తమను తాము పరిశుద్ధ ఆత్మలుగా ధ్యానశాస్త్రజ్ఞులుగా రూపుదిద్దుకున్న వీరు ధ్యానప్రచారం ద్వారా లోకకల్యాణం అనే అఖండ సంకల్పానికి నడుం బిగించారు. ప్రతి ఒక్కరిలోని ఆత్మశక్తిని తట్టిలేపుతూ " నువ్వు ఏమైనా చెయ్యగలవు " అంటూ ప్రోత్సాహం అందిస్తున్నారు. " ఏమైనా చెయ్యగలను " అన్న ఆలోచనే సరియైన ఆలోచన. ఆ ఆలోచననే మనల్నీ మరి మనతో పాటు ఈ లోకాన్నీ పటిష్టం చేస్తూ .. మనల్ని విశ్వంతో అనుసంధానం చేస్తుంది.

కాబట్టి మన వాస్తవాలకు మనమే " సృష్టి కారకులం ", " స్థితి కారకులం " మరి " లయ కారకులం " అన్న సత్యాన్ని సదా ఎరుకలో ఉంచుకోవాలి ; ధ్యానశక్తి మరి జ్ఞానశక్తితో కూడిన అద్భుతమైన సంకల్పశక్తితో మన భౌతిక మరి ఆధ్యాత్మిక జీవితాలకు చెందిన విజయాలను ఈ జన్మలోనే అలవోకగా కైవసం చేసుకోవాలి ; అప్పుడే మనం మన జీవితాలను ధన్యత చెందించుకుంటాం.

సంకల్ప బలం

బలం వున్నవాడు బలవంతుడు
బలం లేనివాడు బలహీనుడు
బలవంతులెప్పుడూ బలవంతుల అనుయాయులే
బలం అన్నది రెండు రకాలు:   ఒకటి పశు బలం, రెండు సంకల్ప బలం

పశు బలం తిండితో వచ్చేది : సంకల్ప బలం జ్ఞానశుద్ధత తో వచ్చేది.
పశు బలం అన్నది ఎప్పుడూ సంకల్ప బలం ముందు దిగదుడుపే..
మనం అనుకున్నవన్నీ సాధించాలంటే సంకల్ప బలం అన్నది అనివార్యం
సంకల్ప బలం సమృద్ధిగా ఉండాలంటే ఎప్పుడూ సంకల్పం ఉండాలి కానీ
వికల్పం ఉండకూడదు.
వికల్పం అంటే అనుమానం : వికల్పం అంటే అసందిగ్దత,
మన సంకల్ప బలం పెరగాలంటే మనకన్నా ఎక్కువ సంకల్ప బలం వున్న
వారితో సాంగత్యం పెరగాలి.
సంకల్ప బలం పెరగాలంటే సంకల్ప బలం అనే అంశాన్ని క్షుణ్ణంగా అధ్యయనం చేయాలి
దాని తీరుతెన్నులను ఆకళింపు చేసుకోవాలి, దైనందిన జీవితంలో అనేకానేక సంకల్ప ప్రయోగాలు చేసి
కారణ - కార్య సిద్ధాంత అనుభవాన్నీ సంపాదించుకోవాలి.

చిన్న చిన్న ప్రయోగాలతో మొదలు పెట్టి అచిర కాలంలో పెద్ద పెద్ద ప్రయోగాలకు పూనుకోవాలి.
పిల్లలకు చిన్నప్పటి నుంచే సంకల్ప బలాన్నిప్రభోధించాలి; వృద్ధులకు గుర్తు చేయాలి;

అనారోగ్యాలనన్నిటినీ సంకల్ప బలంతో పోగొట్టుకోవాలి - అదే సరైనా చికిత్సా విధానం; సంసారంలోని
ఒడుదుడుకులనూ సంకల్ప బలంతోనే ఎదుర్కోవాలి..
మన నిర్వాణ పథంలో అవరోధాలను సంకల్ప బలం తోనే అధిగమించాలి.
సంకల్ప బలం జిందాబాద్...

.

"సంగీత ధ్యానయజ్ఞం"

మొదటిరోజు

"శ్రీ సాయిరామ్, మనమందరం కూడానూ ధ్యాన నిమగ్నులమై మనలో నుంచి ధ్యానశక్తిని ప్రపంచానికి అందించ వలసిందిగా ప్రార్థిస్తున్నాను. ప్రపంచ కళ్యాణ కోసం ఇక్కడి నుంచి ధ్యానశక్తిని మనం పంపించాలి. అందుకోసం అత్యంత పవిత్రమైన పుట్టపర్తిలో మనం "సంగీత ధ్యానయజ్ఞం" అత్యంత వైభవంగా జరుపుకుంటున్నాం.

"మనం భగవాన్ సత్యసాయికి ఎంతైనా రుణపడి వున్నాం. అత్యంత అభిమానాలను చవిచూస్తున్నాం పుట్టపర్తి స్వామి వారి నుంచి. ఒకరికొకరు సహాయం చేసుకోవటమే ప్రపంచానికి సహాయం చేసుకోవటం."

"పుట్టపర్తి అపూర్వ శక్తిక్షేత్రం" - పత్రీజీ

"పుట్టపర్తిలో మూడురోజుల సంగీత ధ్యానయజ్ఞం జరుపుకోవటం పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్‌కు గర్వకారణం. ఇది అపూర్వమైన శక్తిక్షేత్రం. ఈ శక్తిక్షేత్రంలో ధ్యానం చేసుకుంటే మనకు ధ్యానం మూడింతలు ఎక్కువ శక్తివంతం అవుతుంది. ఈ మూడురోజుల ధ్యానయజ్ఞాన్ని ఎక్కువ ఉపయోగించుకోవాలి."

"ధ్యాన జీవితంలో అతిముఖ్యమైనది. ఎంత ఎక్కువ ధ్యానంలో వుంటామో అంత శక్తివంతులం, యుక్తివంతులం అవుతాం. If you involve yourself in meditation every day, you will acquire passion for your life, wisdom for your life. When you are with soul & natural breath Cosmic energy flooded into the body. Body becomes happy healthy. **The body will be forever."**

రెండవరోజు

"ధ్యానం వలన ఆత్మజ్ఞానం వస్తుంది. ధ్యానం యొక్క ధ్యేయం ఆత్మానుభవం. శరీరానికి అనుభవం వుంది కానీ మనకు ఆత్మానుభవం అదనంగా కావాలి. ఆ ఆత్మానుభవానికి చేయవలసిన కార్యక్రమమే ధ్యానం.

భగవద్గీతలో కృష్ణుడిని ' ఎవరయ్యా నువ్వు? ఏమిటయ్యా నువ్వు? నువ్వు నాకు అర్థం కావట్లేదు ' అని అర్జునుడు అడిగాడు.

' అహం ఆత్మా గుడాకేశ ' అని సమాధానం ఇచ్చాడు కృష్ణుడు. ' గుడాకేశ ' అంటే నిద్రను జయించినవాడు. వాడే ఆత్మను తెలుసుకుంటాడు.

" డస్సిపోయిన శరీరానికి నిద్ర ఎంత అవసరమో, డస్సి పోయిన ఆత్మకు ధ్యానం అంత అవసరం. అర్జునిడి శరీరం బావుంది. కానీ ఆత్మ డస్సిపోయి వుంది. విషాదభరితమై వుంది. ' నా గురువును, తాతగారిని, అన్నదమ్ములను చంపాలా? వాళ్ళు అన్యాయం చేసారని చంపాలా? ' అనుకుంటూ అక్కడ అర్జునుడి ఆత్మ డస్సిపోయి వుంది. అదే సమయంలో కృష్ణుడి ఆత్మ అలసిపోలేదు, నీరసంగా లేదు, సాహసంగా వుంది. సరసంగా వుంది.

" శరీరం ఇక్కడే వుంటుంది. ఆ నేను మాత్రమే వెళ్తుంది. ఈ మేను వేరు, ఆ నేను వేరు. ఈ మేనుకు చావుంది. ఆ నేను కు చావు లేదు. ఆ నేను ఇక్కడ చక్కగా ఆటలాడి పైకి వెళ్తుంది. ఒకవేళ నువ్వు జయించావా ఇది అంతా నీకే, అందుకే ' యుద్ధాయ కృతనిశ్చయః ' అని అర్జునుడికి ఉపదేశించాడు. శ్రీకృష్ణుడు డస్సిపోని, అలసిపోని, నీరసపడని ఆత్మ. అర్జునుడు ఒకప్పుడు బాగానే వుంటాడు. ఒకప్పుడు డస్సిపోతాడు. మామూలు సమయాల్లో బావుంటాడు. కీలక్ సమయాల్లో డస్సిపోతాడు. ఎందుకంటే ధ్యానం లేదు కనుక, తాను ఆత్మ అని సైద్ధాంతికంగా తెలిసినా, ప్రాక్టికల్‌గా ధ్యాన అనుభవం లేదు. ఆత్మానుభవం లేదు. శ్రీకృష్ణుడికి ప్రాక్టికల్‌గా ధ్యానానుభవం వుంది. ఆత్మానుభవం వుంది. ధర్మంలో వీరిద్దరికీ తేడా లేదు. ధ్యానంలో తేడా వుంది. ధర్మం అంటే చేయవలసిన కర్తవ్యం. నీ కర్తవ్యం ఇప్పుడు అందరినీ చంపాలి. ధర్మానికి రక్త సంబంధాలతో పనిలేదు ...

"ఇక్కడ ... ఈ భూమండలంలో ... ఏ నష్టం జరిగినా, పరువు పోయినా, శుభం జరిగినా, అశుభం జరిగినా, ' ఆత్మ ' హాయిగా వుంటుంది. భౌతికజన్మ ఆత్మ యొక్క ఆట కదా. ఈ జగత్తు సర్వాత్మ యొక్క ఆట కదా. ఆటలో ఒకసారి ఓడిపోతాం. ఒకసారి గెలుస్తాం. ఓడిపోని, గెలవని ఆట వుంటుందా? పాటలో ఒక్కొక్కసారి అపస్వరం వస్తుంది. ఎవ్వరికైనా వస్తుంది. కానీ ఆ అపస్వరానికీ, ఆ ఓడిపోవడానికీ, ఆత్మ నవ్వుకుంటుంది. ఏడవదు,

మనం ఓడిపోయాం ఆటలో ... "ఎంతో బాగా ఆడావయ్యా, నీదగ్గర్ నేర్చుకోవలసింది ఇంకా చాలా వుంది." అనుకుంటాడు. ఓడిపోయినవాడు. పాటలో అపస్వరం వస్తే, ఇంకా అభ్యాసం బాగా చేయాలని కోరుకుంటాం, అంతేగానీ ఒక అపస్వరం వస్తే, "నేను ఆత్మ" అని తెలుసుకున్నవాడు ఆత్మహత్య చేసుకోడు. ఎందుకంటే ఆత్మకు హత్య లేదు."

"సకల ప్రాణికోటిలో ఆత్మగా మొట్టమొదట ఉన్నవాడిని, మధ్యలో ఉన్నవాడిని, అంతంలోనూ ఉన్నవాడిని అని శ్రీకృష్ణుడు తెలిపాడు. **ఆత్మ ఆది, అనాది. ఆత్మ అంతం, అనంతం,** మధ్యమం, అది మనందరం అయివున్నాం. **సకల ప్రాణికోటి ... ప్రతి చెట్టు ... ప్రతి పుట్ట ... ప్రతి దోమ ... ప్రతి ఏనుగు ... ప్రతి మనిషి ఆత్మయై వున్నాయి. ఈ సంగతి ప్రతి పుట్టకూ తెలుసు. ప్రతి జంతువుకూ తెలుసు. ప్రతి చెట్టుకూ తెలుసు - కేవలం మానవుడికి తప్ప. కనుక ఎక్కడా ఏ చెట్టూ ఏడ్వదు. అక్కడ ఆత్మ డస్సిపోదు. అలసిపోదు. తాను ఆత్మ అని తెలుసుకునే వుంది. శరీరవత్ జీవితాన్ని జీవిస్తుంది ... గెలిచినా, ఓడిపోయినా, ఏ జంతువు కూడా ఏడ్వదు.** ఏ జంతువు ఆత్మ అయినా అది డస్సిపోని, అలసిపోని ఆత్మ. నిరామయమైన ఆత్మ."

"ధ్యానం చేయని అర్జునుడు ' మొగ్గ ' లాంటివాడు. ధ్యానం చేసిన ఆ కృష్ణుడు ఒక మహా వికసిత పుష్పం. పుష్పం ఫలమై ప్రసాదం వస్తుంది. మనం విన్న గీతాశ్లోకాలు కృష్ణప్రసాదమే. ఆయన ఫలమైతే మనం దాన్ని భుజిస్తున్నాం కదా. పచ్చి కాయలైతే మనం భుజిస్తామేమిటి? ఓ మొగ్గ ముకుళించుకుని వుంది. ఓ పుష్పం వికసితమై వుంది. ధ్యానం చేయని ఆత్మ ముకుళించుకుని వుంది.
ఎంతెంత ధ్యానం చేస్తామో అంతంత విప్పారుతాం. ఈ విప్పారటానికి అంతం లేదు. ఆ సహస్ర దళకమల రేకులు సతతం విచ్చుకుంటూనే వుంటాం. సహస్రదళ కమలమంటే ' వేయి రేకులు ' అనికాదు. ' అనంతకోటి ' అని అర్థం.

ఎంతెంతగా ధ్యానం చేస్తామో అంతంతగా రేకులు విచ్చుకుంటూనే వుంటాయి. అంతంత మనమ్ విస్తారంగా, విశాలంగా, ప్రకాశంగా అవుతూనే వుంటాం."

"పుట్టపర్తి ఎంతో విశేషమైన స్థలం. ఇక్కడ మనం కలుసుకోవడం, ధ్యానం చేయటం మరింత విప్పారడం కోసం. మరింత వికాసం కోసం. ఎంతగా విప్పారుతామో అంత శోభ మనకు వస్తుంది. పువ్వుకు శోభ వుంది. పరిమళం వుంది. అంత పరిమళభరితం అవుతాం. అంత శోభాయమానంగా విరాజిల్లుతాం. ధ్యాన అభ్యాసం అనంతం. ఆత్మానుభవం అనంతం. ఆత్మ యొక్క శోభ, పరిమళం, వికాసం ... అనంతం."

"శరీరవత్ రెండు రొట్టెలు చేసుకోవాలి, తినాలి. పొద్దునొక రొట్టె, రాత్రి ఒక రొట్టె. మిగతా సమయాల్లో ధ్యానం, స్వాధ్యాయం, సజ్జన సాంగత్యం, ఆటలు, పాటలు, విద్యలు, కళలు ... ఆత్మను తెలుసుకున్నవాడికి భవిష్యత్తు చింత పోతుంది. ఎందుకంటే భవిష్యత్తు అంతా బంగారమే. పుట్టక ముందంతా బంగారం నుంచే వచ్చాం. ధ్యానులకు రేపటి గురించి చింతలేదు. నిన్నటి గురించి బాధ లేదు. వర్తమానంలో నేర్చుకోవడాలు, వర్తమానంలో జీవించడాలు. మనం అందరి నుంచి నేర్చుకోవాలి.

మూడవరోజు

"ఈ జన్మలో నాకు ఏ రోగం రాలేదు. దుఃఖం కలగలేదు. వీటిని పోగొట్టుకోవడం కోసం నేను ద్యానం చేయలేదు. మోక్షం కోసం నేను ధ్యానం చేయలేదు. పుట్టుకతోనే నాకు మోక్షం వుంది. ధ్యానం రాకముందే నాకు అన్ని విద్యలూ వచ్చు. కానీ **ధ్యానం వలన ప్రపంచమంతా మిత్రులయ్యారు. ఇదే నా స్వంత అనుభవం. అసలు లాభం.** పిరమిడ్ ధ్యానం ద్వారా మాంసం తినేవాళ్ళందరూ ధ్యానం వలన శాకాహారులయ్యారు. అది నాకు అన్నిటికన్నా ముఖ్యమైన లాభం. నేను పుట్టింది మానవుల కోసం కాదు. జంతువుల కోసం.**ఆఖరి జంతువు హాయిగా జీవించేంతవరకు నేను ఈ శరీరం వదిలిపెట్టను."**

"నేను 2095 వరకు శరీరం వదిలిపెట్టను. అంతలోపల ఈ ప్రపంచంలో అన్ని జంతువులు శాశ్వతంగా, హాయిగా జీవించి ఉండేవిధంగా ఎలాంటి దౌర్జన్యాలు చేయకుండా మానవులందరినీ సౌజన్యమూర్తులుగా తయారుచేయడం కోసమే నేను వున్నాను."

"నేను అనుకున్నది సాధిస్తాను. ఈ భూమండలన్ని శాకాహారం చేయటానికి నేనొక్కణ్ణి చాలు. ఏ రోజు భూమండలం అంతా శాకాహారం అవుతుందో ఆ రోజు నేను వేరే సౌర మండలంలోకి వెళ్ళాలి. మరి అది నా ప్రోగ్రామ్. మనందరి ప్రోగ్రామ్."

"పక్షిజాతి బట్టి పరగ హింసలబెట్టి,
కుక్షినిండ కూడు కూరుటకును,
వండి తినెడివాడు వసుధ ఛండాలుడు,
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ"

"నా జన్మ కారణం ఈ యొక్క పద్యం." ఇక్కడ జంతుహింస జరుగుతోంది. ఈ భూలోకంలో స్త్రీల పట్ల పురుషులు అత్యాచారాలు చేస్తున్నారు. చిన్నపిల్లలను తల్లిదండ్రులు బలవంతపు చదువులు చదివించి, వేధించి పీక్కుతింటున్నారు. **"చావు పుట్టుక లేని చదువులు అంటే ఆత్మజ్ఞానం చదువవలయు".**
"భగవాను సత్యసాయిబాబా వారు ఏ చదువులూ చదవలేదు. కానీ మనందరికీ చదువులు చెప్తున్నారు. ఆయన చదివింది ఆత్మ చదువు. ప్రపంచాన్నంతా ఏలుతున్నారు. ఆయన ఏం చదివారు?. ఆయన చదివింది ఆత్మ చదువు. జ్ఞాన చదువు. వివేకానందుడు, రామకృష్ణ పరమహంస, రమణమహర్షి ... అందరూ ఆత్మచదువులే చదివారు. ఈ ఆత్మ చదువులు నేర్పించటం కోసమే మనం ఊరూరా తిరుగుతున్నాం."

"మనిషి జీవితం 'రోటి, కపడా, మకాన్' కోసం కాదు, ' సంగీత్, నృత్య్ ఏవం ధ్యాన్' అందుకోసం జీవితం. రోటీ, కపడా, మకాన్ ... అంటే భౌతికం. సంగీత్, నృత్య్, ధ్యాన్ అంటే అది ఆధ్యాత్మికం. శివుడి చేతిలోని ఢమరుకం - అదే మృదంగం - సంగీతం - ఆయన నృత్యం చాలా బాగా చేస్తాడు - ధ్యానం చేస్తాడు. పరమశివుడు పరమ మానవ జీవితానికి దర్శనం - పరమశివుడి జీవితం ఆదర్శం.
ఆయన శరీరంలో సగం పార్వతి. పార్వతి శరీరంలో శివుడు సగం కాదు కదా, మగవాడు ఆడలక్షణాలు లేకుంటే పూర్ణం కాదు. ఆడవాళ్ళు తమలో తాము సంపూర్ణం. మగవాళ్ళే చాలా తక్కువ. ఆడవాళ్ళ నుంచి శాంతం, సహనం, అంగీకారం, వాత్సల్యం అనే గుణాలు సంపాదించుకుంటేనే మగవాళ్ళు సంపూర్ణం కాగలరు. ఇది అర్ధనారీశ్వరతత్వమంటే.

ఏ స్త్రీకి కూడా మగలక్షణాలు అక్కరలేదు. అలాగే మనం శివుడిలాగా సంగీతం, నృత్యం, ధ్యానం నేర్చుకోవాలి."

సంధ్యా వందనం

ప్రొద్దున్నే సూర్యోదయానికి వందనం.
సాయంత్రం సూర్యాస్తమయానికి వందనం. అయితే, సూర్యుడు ఉదయించనూ ఉదయించడు; సూర్యుడు అస్తమించనూ అస్తమించడు,
ఉదయం ... సూర్యుడు కనపడని లోకాల నుంచి కనపడే లోకాలకు వస్తాడు.
సాయంత్రం ... సూర్యుడు కనపడే లోకాల నుంచి కనిపించని లోకాలకు వెళతాడు.
వాస్తవానికి సూర్యుడు కదలడు. కానీ భూమే కదులుతోంది; మనమే కదులుతున్నాం.
ప్రొద్దున్నే, భౌతిక సూర్యుణ్ణి కానని లోకాల నుంచి సూర్యుణ్ణి కనే లోకాలకు వస్తున్నాం.
ప్రొద్దున్నే మనమే, సూర్యుణ్ణి కనని దిశల్లో నుంచి సూర్యుణ్ణి కనే దిశలలోనికి వస్తున్నాం.

కనుక - ప్రాతఃకాలంలో ఆ సూర్యునికి జోహార్లు కాదు.
మనకు మనమే జోహార్లు చెప్పుకోవాలి.
సాయంసంధ్యలో సూర్యుణ్ణి కనే దిశలోంచి సూర్యుణ్ణి కనని దిశల్లోకి మళ్ళీ మనం మరలుతున్నాం.
సూర్యుడు కనుమరుగు కావటం లేదు. మనమే కనుమరుగు వేపు మళ్ళుతున్నాం.
వాస్తవానికి, సూర్యుడు అంటే ఆత్మసూర్యుడు. సూర్యతేజం అంటే ఆత్మతేజం.

రాత్రి నిద్రపోతున్నప్పుడు మనం శరీర తేజం నుంచి ఆత్మ తేజం వైపు మళ్ళుతున్నాం.
ప్రొద్దున్న నిద్ర లేచినప్పుడు ఆత్మ తేజం నుంచి శరీర తేజంలోకి ప్రవేశిస్తున్నాం.
ఈ రెండు సమయాలే వాస్తవానికి సంధ్యా సమయాలు.
ఆ సంధ్యా సమయాలలో ఎరుక లో వుండడమే సంధ్యావందనం మంటే.

వేకువ సంధ్యా సమయంలో ధ్యానంలో వుండటం మూలాన ఆత్మ తేజం శరీర తేజంలో సజావుగా ప్రవేశిస్తుంది.
అప్పుడు, కేవలం దేహం గా కాక దేహాత్మ గా మనం విరాజిల్లుతాం.

నిద్రపోయే సంధ్యాసమయంలో మనం ధ్యానం చేస్తూ నిద్రపోవటంతో ఆత్మ తేజం అన్నది దేహ తేజం నుంచి సజావుగా నిష్క్రమిస్తుంది.
ఆ స్థితిలో ధ్యానం అభ్యాసం చేస్తే చక్కటి సూక్ష్మశరీర యానాలు జరుగుతాయి.
ఆత్మ లోకాలు సువిదితమవుతాయి; ప్రస్ఫుటమవుతాయి.

నిద్రపోయేటప్పుడూ శ్వాస మీద ధ్యాస.
నిద్ర్ర నుంచి లేచేటప్పుడూ శ్వాస మీద ధ్యాస.
రాత్రి ... శరీర - ఆత్మ సంధ్య వేళలో సంధ్యావందనం.
వేకువ ... ఆత్మ - శరీర సంధ్య వేళల్లో సంధ్యావందనం.
అనునిత్య సంధ్యావందనం ద్వారానే జీవితంలో జయం.

" సంధ్యావందనం -2 "

" సంధ్య " = " మధ్యలో ఉండే సమయం "
అది పగలూ కాదు, రాత్రీ కాదు .. రాత్రీ కాదు, పగలూ కాదు
సంధ్యా సమయం " మార్పు " సమయం కూడా
పగలు పోయి రాత్రి వచ్చే సమయం
రాత్రి పోయి పగలు వచ్చే సమయం
ప్రకృతి ఎల్లవేళల్లోనూ అత్యంత రమణీయం అయినా
సంధ్యాసమయాల్లో మటుకు దాని రమణీయత ప్రత్యేకంగా అద్భుతం
సంధ్యాసమయానికి గల ప్రత్యేకతలో నిమగ్నం కావడమే, తన్మయత్వం చెందటమే ..
" సంధ్యావందనం చేయటం " అంటే
" వందనం " అంటే " సగౌరవంగా గుర్తించడం "

" సంధ్యా సమయం " ఎన్నో ఆధ్యాత్మిక జ్ఞాన పాఠాలను నేర్పిస్తుంది :
ఉదాహరణకు : " అన్నీ ఎప్పుడూ మారుతూ ఉంటాయి " అని
" ఏదీ ఎప్పుడూ స్థిరంగా ఉండదు " అని
" మార్పును ఆపగోరడం అసంభవం, అవాంఛనీయం " అని

" everything is transient " అన్నదే మౌలిక బుద్ధ సూత్రం
" సంధ్యావందనం చేయడం " అంటే
" ప్రకృతి మనకు నిరంతరం నేర్పించే ఆధ్యాత్మికపాఠాలను సగౌరవంగా గుర్తించి పాటించడం "
ప్రకృతిలో తాదాత్మ్యం చెంది ఆ రమణీయతను ఆస్వాదించినప్పుడు
మనలో విశ్వశక్తి (cosmic energy) ద్విగుణీకృతం, త్రిగుణీకృతం అవుతుంది

* **కనుక, విధిగా ' సంధ్యావందనం ' ఆచరించాలి**
* **తద్వారా కావలసిన రోజువారీ జ్ఞానాన్నీ, ఆనందాన్నీ శక్తినీ సమీకరించుకోవాలి**

"సమ్యక్ + కల్పన = సంకల్పం"

ఆలోచన వేరే, సంకల్పం వేరే. ఏదైనా ఒక భావనే ' ఆలోచన ' అనబడుతుంది. ' ఆలోచన ' అన్నది ఒకానొక మహాస్పందన లేదా ఒకానొక మనోప్రతిస్పందన. ' ఆలోచలనల యొక్క ప్రవాహం ' అన్నది మనస్సు యొక్క నైజం. ఒకానొక ఆలోచన మళ్ళీ మళ్ళీ ఆలోచింపబడి బలవంతమై సుదృఢమైనప్పుడు దానిని ' సంకల్పం ' అని అంటాం. సంకల్పం అన్నది కార్యాచరణకు ' ఎల్లలు ' అవుతుంది. ఏదేని కార్యానికి కారణభూతం అవుతుంది.

ఏ కార్యానికైనా సంకల్పమే కారణం. కార్యాచరణ పూర్తి అయ్యేంతవరకు ఏ కార్యానికైనా మధ్యలో భంగం వాటిల్లకూడదు. సంకల్పం ' ఏకధార ' గా వుండాలి. సంకల్పానికి మధ్యలో భంగం కలిగించేదే ' వికల్పం '. వ్యతిరేక ఆలోచనల సమూహమే ' వికల్పం '. మధ్య మధ్య వికల్పాలు లేకుండా సంకల్పం చివరి వరకు కొనసాగితే ' సంకల్ప సిద్ధి ' కలుగుతుంది. అంటే, సంకల్పం ఒకానొక ' భౌతిక వాస్తవం ' గా మారుతుంది. కారణం ఒకానొక ' కార్యం ' గా మారుతుంది. ఆలోచించకుండా సంకల్పాలు పెట్టుకోకూడదు. తర్కించి, యోచన చేసి, విచారించి సర్వామోదయోగ్యమైన దానినే సంకల్పంగా పెట్టుకోవాలి. తర్కించి యోచన చేయని, నిశితంగా విచారించని, సర్వామోదయోగ్యం కాని సంకల్పాలు సర్వవేళలా అనర్ధదాయకాలు.

అనుకున్న సంకల్పాలకు తగిన శక్తిని చేకూర్చేదే రోజులో కొన్ని గంటలు చిత్తవృత్తి నిరోధ స్థితి - యోగ స్థితి.' సమ్యక్ ' అంటే ' పరిశుద్ధి ' ; ' కల్పన ' అంటే ' ఆలోచనల సమూహం '. మూఢులకు సంకల్పాలు వుండవు. వికల్పాలే ఎక్కువ. ఒక అడుగు ముందుకి, రెండు అడుగులు వెనక్కి వేస్తారు. సంకల్ప వికల్పాల సమాన మిశ్రమమే ' సగటు మానవుడు '. సంకల్పాల ఆధిక్యతే, వికల్పాల క్షీణతే ' ఉత్తముల జీవన విధానం ' .

"సంకల్ప సిద్ధి"

1. శ్వాస మీద ధ్యాస =అన్నదే =సరియైన ధ్యానం
2. వయస్సు ప్రకారం ప్రతిసారీ అన్ని నిమిషాలు =అన్నదే =సరియైన వ్యవధి
3. శ్వాస మీద ధ్యాస + సరియైన వ్యవధి + ప్రతిరోజు=ద్వారానే=ఆనాపానసతి అభ్యాసం
4. ఆనాపానసతి అభ్యాసం =ద్వారానే=మనో నిశ్చలత/ప్రాణశక్తి విజృంభణ
5. మనో నిశ్చల్త/ప్రాణశక్తి విజృంభణ =ద్వారానే=దివ్యచక్షువు
6. దివ్యచక్షువు + స్వాధ్యాయం + సజ్జన సాంగత్యం =ద్వారానే=జ్ఞానచక్షువు
7. జ్ఞానచక్షువు =ద్వారానే=అనుక్షణ జాగరూకత
8. అనుక్షణ జాగరూకత =ద్వారానే=సంకల్పశక్తి
9. వికల్ప రహిత సంకల్ప ఏక ధార =అన్నదే =సంకల్పశుద్ధి
10. సంకల్పశుద్ధి + సంకల్ప శక్తి + పరిశ్రమ =ద్వారానే=సంకల్ప సిద్ధి

సంక్రాంతి

క్రాంతి అంటే జ్ఞాన ప్రకాశం.
జ్ఞాన ప్రకాశం అంటే ఇంగ్లీషులో ఎన్‌లైటెన్‌మెంట్ అంటాం.
సం అంటే కూడుకుని వున్న అని అర్థం.
వెరశి - సంక్రాంతి అంటే జ్ఞాన ప్రకాశంతో కూడుకుని వున్నది అని అర్థం.
జీవితంలో అనుక్షణం సంక్రాంతి ఉండాలి.
ఒక్క క్షణం కూడానూ, క్రాంతి లేకుండా వుండకూడదు.
ఇదెలా సాధ్యం, ఒక్కటే మార్గం - దాని పేరు ...
ఆనాపానసతి అభ్యాసం.
అనాపానసతి అభ్యాసమే - ఏ క్రాంతికారుడి సందేశమైనా
ఆనాపానసతి అభ్యాసమే - ఏ యోగివరేణ్యుడి జీవితమైనా..

."సంభోగం నుంచి సమాధి వైపు"

"సంభోగం" అన్నది భౌతిక ఆనందాలలో పరాకాష్ట అయితే, దానికన్నా పరమమైనది
ధ్యాన - సమాధి స్థితిలో పొందబడే ఆత్మపరమైన శాశ్వతమైన "బ్రహ్మానందం"
అయితే, తెలుసుకోవలసిన సత్యం ఏమిటంటే ..
"సంభోగం" అన్నది ఎంతమాత్రం "సమాధి" కి అడ్డుకాదు.
అదేవిధంగా "ధ్యాన - సమాధి" స్థితి అన్నది సంభోగానికి అడ్డు రాదు.
మానవుడు కేవలం సంభోగానందం అభిలషిస్తున్నాడే కానీ,
పరమానందకరమైన ధ్యాన - సమాధి స్థితిని కోరుకోవడం లేదు.
"అందరూ విధిగా ధ్యానం ద్వారా దివ్యజ్ఞానప్రకాశం ద్వారా,
జన్మపరమార్థమైన ధ్యాన - జ్ఞాన - సమాధి స్థితిని కూడా పొందితీరాలి"

... అన్నదే ఓషో రజనీష్ యొక్క పరమ సందేశం

సంసారం"

"సంసారమే నిర్వాణం" అన్నాడు ఆచార్య నాగార్జునుడు
సంసారులకు ఓటమి ఎప్పుడూ లేదు ; సన్యాసులకు గెలుపు ఎప్పుడూ లేదు
అందుకే, పరమపదసోపానంలో కూడా
"సరస్వతీ బ్రహ్మలు" అనీ,
"పార్వతీ పరమేశ్వరులు" అనీ,
"లక్ష్మీ నారాయణులు" అనీ,
సంసారశ్రేష్టత గురించి నొక్కి చెప్పబడి వుంది

సంసారం నుంచి దూరంగా ఎప్పుడూ పరుగెత్తకూడదు;
సంసారంలో వుంటూనే సమస్యలన్నింటినీ పరిష్కరించుకోవాలి

"సమస్యలు" అన్నవి మనకు "సవాళ్ళు" ;
సవాళ్ళు ఉంటేనే పరిశ్రమిస్తాం ;
పరిశ్రమిస్తేనే మనకు పురోగతి, లేకపోతే ఎక్కడ వున్న గొంగళి అక్కడే.
అంతేకాదు, సంసారం చేయడం అన్నది అత్యంత ప్రకృతి సహజం ;
సన్యాసం అన్నది ప్రకృతి సహజత్వానికి విరుద్ధం.
సంసారం ఎప్పుడూ వదిలి పెట్టరాదు
సంసారంలో వుంటూనే అసంగత్వాన్ని మేళవించాలి.

సహనమే ప్రగతి

సహనమే ప్రగతి.
ఒర్చుకోవడమే నేర్చుకోవడం.'సహనం' అంటే ఒర్చుకోవడమే.
'ప్రగతి' అంటే నేర్చుకోవడమే. ..సిరిసంపదల్లో ప్రగతి ... 'ప్రగతి' ... కాదు,
వస్తువాహనాలను కూడగట్టుకునే ప్రగతి ... 'ప్రగతి' ... కాదు .
ఆత్మజ్ఞానంలోని ప్రగతే ... ప్రగతి.
ఆత్మానుభవాల పరంపరే ... ప్రగతి.
ప్రతి అనుభవమూ ఆత్మలోని ఒకానొక కదలిక.
సహనమే అనుభవానికి సోపానం.
అసహనమే అనుభవానికి గొడ్డలిపెట్టు.

కోరి సాధించరాదు,కోరక వచ్చింది కాదనరాదు.
వస్తూంటే 'వస్తోందిరా', అని సంబరపడరాదు.
పోతూంటే అయ్యో, 'పోతోందే', అని వెతలు పడరాదు.
ప్రతి అనుభవాన్నీ సంపూర్ణంగా స్వీకరించవలె,

అందులోని లోతుపాతుల్ని సంపూర్ణంగా చూడవలె,
అనుభవాల లోతుపాతుల్ని చూపేదే సహనం.
సహనం అంటే ఒర్చుకోవడం. చివరిదాకా ఒర్చుకోవడం.

మహాయోగి మిలారెపాలా ఒర్చుకోవడం.
ఏసు ప్రభువులా ఒర్చుకోవడం.
అంపశయ్య మీది భీష్మ పితామహుడిలా ఒర్చుకోవడం.
సహనం జిందాబాద్.
అసహనం ముర్దాబాద్.

"సమస్థితి"

"ఇల్లు కట్టి చూడు, పెళ్ళి చేసి చూడు ... అనేది ప్రాపంచిక నానుడి; అయితే ధ్యానం చేసి చూడు, పిరమిడ్ కట్టి చూడు ... అన్నది నేటి పిరమిడ్ సొసైటీ యొక్క నానుడి"

"పిరమిడ్లు కట్టినవాళ్ళు సరాసరి సత్యలోకాలకు వెళ్తారు. తనకు తాను ధ్యానం చేయడం కన్నా పిరమిడ్లు కట్టి ఇతరులకు ధ్యాన ప్రోత్సాహం కలిగించడం అసాధారణ విషయం. పిరమిడ్లు కట్టినవారు ధ్యానంలో ఎంతో ఎత్తుకు ఎదిగినవారు."

"పిరమిడ్ అన్ని కోణాలలో సమంగా వుంటుంది. అలాగే జ్ఞాని ఎప్పుడూ సమస్థితిలో వుంటాడు. పిరమిడ్ స్థిరంగా వుంటుంది. దానిలో ధ్యానం చేసేవాళ్ళని స్థిరపరుస్తుంది. పిరమిడ్ శక్తివంతమైనది. మనల్ని శక్తివంతులుగా చేస్తుంది.

" సాహసం "

" సాహసం సేయరా డింభకా .. కోరుకున్నది లభిస్తుంది ! " అంటూ " పాతాళభైరవి " సినిమా ద్వారా ఆ సినిమాలోని విలన్ అయిన మాయల మరాఠీ మనకు ఒకానొక గొప్ప ప్రబోధాత్మకమైన సందేశం ఇచ్చాడు! కేవలం " పాతాళభైరవి " సినిమానే కాదు .. ఏ సినిమా చూసినా అందులో " సాహసం " అన్నదే మూల కథావస్తువుగా హీరో హీరోయిన్ల చుట్టూ అల్లబడి .. ఆద్యంతం రక్తి కట్టిస్తూవుంటుంది. అలాంటి సాహసకృత్యాల నేపథ్యంలో వాళ్ళు నటించకపోతే ఆ సినిమా చప్పగా మారి దానిని ప్రేక్షకులెవ్వరూ చూడను కూడా చూడరు సరికదా .. అది బాక్సాఫిసుదగ్గర ఘోరంగా బోల్తాకొట్టేస్తుంది. అలాగే మన జీవితం కూడా !

కారణ జన్ముల్లా ఈ భూమ్మీద జన్మ తీసుకున్న మన అందరి జీవితాలు కూడా " సాహసం " తో కూడుకున్నవే! సినిమాల్లో సాహసకథా వస్తువు ఎంత పటిష్టంగా మలచబడి వుంటుందో అంతే పటిష్టంగా మన జీవితాల్లో కూడా " సాహసం " అన్నది అంతర్లీనంగా వుంటుంది. కేవలం తిండి, నిద్ర, బట్ట కోసమే జీవితాన్ని పణంగా పెట్టకుండా .. పది మందికీ ఉపయోగపడే మహత్తరమైన లోకకల్యాణ కార్యక్రమాలను చేపట్టి .. వాటి అమలు కోసం త్రికరణ శుద్ధిగా మన జీవితాన్ని అంకితం చేయడమే .. " సాహసం "!

అందుకే ఏసు ప్రభువు .. " కేవలం రొట్టె ద్వారా మాత్రమే మానవుడు జీవించడు " అంటూ సమస్త మానవాళికి గొప్పసందేశం ఇచ్చారు! ఏదో నాలుగు రాళ్ళు సంపాదించి వెనుకేవేసి .. పెళ్ళి చేసుకుని, పిల్లల్ని కని, వాళ్ళను పెంచి పెద్దచేసి .. వాళ్ళు కూడా పిల్లల్ని కంటూంటే చూసి " నేను తాతనయ్యాను, అమ్మమ్మను అయ్యాను, నాన్నమ్మను అయ్యాను " అని మురిసిపోతూ " ఏదో ఘనకార్యాన్ని సాధించేసాం " అనుకుంటే లాభంలేదు! ఈ మాత్రం ఘనకార్యాలు నోరు లేని పశుపక్ష్యాదులు కూడా చేయగలవు. అది ప్రకృతి సహజం కనుక .. మనం ఈ మాత్రం దానికే మళ్ళీ మళ్ళీ జన్మతీసుకోవాల్సిన అవసరం ఎంతమాత్రం లేదు.

శరీరం ముడుతలు పడ్డాక .. కాటికి కాళ్ళు జాపుకుని .. ‘ కృష్ణా ’ - ‘ రామా ’ అనుకుంటూ శేషజీవితాన్ని చాలా మంది గడుపుతూంటారు! అలా గడపడంలోకూడా " సాహసం " లేకపోలేదు! అయితే అలాంటి జీవితాల్లో " సాహసం " అన్నది చాలా చాలా తక్కువపాళ్ళల్లో వుండి అది వాళ్ళు తమ జీవిత పరమార్థాన్ని నెరవేర్చుకోవడంలో ఎంత మాత్రం సహాయకారిగా ఉండదు. దాంతో ఆత్మస్వరూపులుగా వారు ఎంతో కష్టపడి పైలోకాల నుంచి తెచ్చుకున్న వారి అమూల్యమైన జీవితకాలం అంతా కూడా మానవ దేహంలో చేరిన తరువాత వ్యర్థం అయిపోయి .. వారికి మార్గాయాసం మాత్రమే మిగులుతుంది.

అందుకే తమ స్వంత జీవితాల్లో హీరోల్లా సాహసోపేతమైన మహత్తర కార్యక్రమాలు చేపట్టిన శ్రీ కృష్ణుడు, గౌతమ బుద్ధుడు, ఏసు ప్రభువు, మహాత్మాగాంధీ, మధర్ థెరిస్సా, మేడమ్ బ్లవాట్‌స్కీ, సత్యసాయి ఓషో .. వంటి మహితాత్ముల జీవిత చరిత్రలను వింటూన్నప్పుడు మన ఒళ్ళు గగుర్పొడుస్తుంది. సాధారణ మనుష్యుల్లాగానే జన్మ తీసుకుని అసాధారణమైన సాహసకృత్యాలను చేపట్టిన వీళ్ళంతా కూడా చరిత్రలో నిజమైన హీరోల్లా నిలిచిపోయారు. గొప్ప గొప్ప సాధనలు చేసి యోగీశ్వరులయ్యారు! మానవాళి యొక్క ఉద్ధరణ కోసం వారు అహర్నిసలు శ్రమిస్తూ .. ఈ భూమ్మీద మహా మహా ఉద్యమాలకు కారకులయ్యారు.
" పెద్ద పెద్ద సాహసోపేతమైన పనులు చెయ్యడానికి మేము పుట్టలేదు! సాధారణ మానవుల్లాగే ఏవో చిన్న చిన్న పనులు చేసి చచ్చిపోతాం. ఆ పైన అన్నింటికీ ఆ భగవంతుడే వున్నాడు " అనుకుంటూంటారు చాలా మంది ఆత్మజ్ఞానం లేనివాళ్ళు. తాము అలా అనుకోవడమే కాకుండా తమ పిల్లలను కూడా అవే పరిమిత భావాలతో పెంచుతూ " ఏదో ఒకలా చదువుకుని .. డాక్టర్ లేదా ఇంజనీయర్ కా! పెళ్ళాం పిల్లలతో సుఖంగా జీవిస్తూ మా కళ్ళముందే పడివుండు " అంటూ వారికి నూరిపోస్తూ వారి భావపరిధిని కుంచింపజేస్తూంటారు.

ఆత్మస్వరూపుల్లా మనం ఇతరలోకాల్లో ఉన్నప్పుడే .. భూమ్మీద పుట్టిన తరువాత ఏమేం సాహసకార్యాలు చేయాలో ప్రణాళికలు వేసుకుంటాం. అందుకు తగ్గట్లుగానే ఊహ తెలిసినప్పటినుంచీ సాహసోపేతమైన కార్యక్రమాలను చెయ్యడానికి ఉవ్విళ్ళూరుతూంటాం, కానీ .. తల్లి తండ్రులూ, బంధువర్గాలూ మరి మిత్రులూ అందరూ కలిసి మనల్ని ఆ సాహస కృత్యాలు చెయ్యకుండా ఆపి మనలో భయాన్ని పెంచి పోషిస్తూంటారు. " అవన్నీ పెద్ద పెద్ద విషయాలు .. నీ వల్ల కావురా! పులిని చూసి నక్క వాతపెట్టుకున్నట్లు ఎవరినో చూసి నువ్వేవో గొప్పపనులు చేస్తానంటే నిన్ను నమ్ముకున్న నీ పెళ్ళాం బిడ్డల పరిస్థితి ఏంగాను? కోరి కష్టాలు తెచ్చుకోవడానికి నువ్వేం పెద్ద గొప్పోడిననుకుంటున్నావా!?" అంటూ వారి ఉత్సాహం పై నీళ్ళు చల్లేస్తూ .. పైగా " వారికి మేం సరియైన జీవనవిధానాన్ని ప్రబోధిస్తున్నాం " అని తృప్తి చెందుతూంటారు.
ఇవన్నీ స్వీయ ఆత్మశక్తిపట్ల అవగాహన లేని పెద్ద వాళ్ళు మనకు అందించే మూర్ఖపు వారసత్వాలు! కాబట్టి .. మనం గుర్తించాల్సిన ముఖ్యమైన విషయం ఏమిటంటే .. ఒకానొక ఉదాత్తమైన కార్యక్రమాన్ని చేపట్టి .. " సమాజం నుంచి తీసుకున్న మేలు కంటే ఒకింత ఎక్కువ మేలును తిరిగి సమాజానికి అందించడానికే నేను పుట్టాను " అని తెలుసుకుని .. జీవితాన్ని ఆ దిశగా సాగించాలి!
అదీ " సాహసం " అంటే! మన తల్లిదండ్రులు మనల్ని పుట్టించి .. మనం మనలాంటి మరి కొందరిని పుట్టించి .. ఇలా కేవలం జనాభాను పెంచుకుంటూ పోవడంతో సమాజానికి మన వల్ల పెద్దగా ఒరిగేది ఏమీ వుండదు.

ఒక ఏసు ప్రభువు సమాజం నుంచి తీసుకున్నది ఎంత? మరి సమాజానికి తిరిగి ఇచ్చింది ఎంత ? ఒక గౌతమ బుద్ధుడు, మధర్ థెరిస్సా, మహాత్మా గాంధీ, షిరిడీ సాయి వంటి మహామహాధీరులు సమాజం నుంచి తీసుకున్నది ఎంత? మరి వారి సమాజానికి తిరిగి ఇచ్చింది ఎంత?! ఈ విషయాన్ని పరిశీలించి చూస్తే ఆ ఇచ్చిపుచ్చుకోవడాల మధ్య వారు అనంతమైన వ్యత్యాసాన్ని చూపించారు అన్నది మనకు తెలుస్తుంది.

చుట్టుప్రక్కల వున్న సగటు సాధారణ మనుష్యులు చేసిందే మనమూ చేస్తూ .. " నేను కేవలం శరీరధారుడినే " అనుకుంటే అది బ్రతుకును ఈడ్వడమే అవుతుంది కానీ అది సాహసోపేతమైన జీవితం ఎంత మాత్రం కానేరదు. " ధ్యానం " ద్వారా " నేను ఆత్మను " అన్న సత్యాన్ని తెలుసుకుని .. ఆత్మశక్తికి అనుగుణమైన సాహసోపేతమైన పనులను చేపట్టి .. " ఆత్మవత్ జీవితాన్ని " గడుపుతూ ఉంటే .. సహజంగానే మనం సాహసవంతులుగా మారుతాం! అప్పుడు సాహసమే మన దినచర్యగా, దైనందిన కార్యక్రమంగా మారుతుంది.

కనుక మన ఆత్మశక్తిని మనకు తెలియజేసే ధ్యానసాధన అన్నది చిన్నప్పటి నుంచే మన జీవితంలో ఒక భాగం కావాలి. మన పిల్లలను భయరహితులుగా, నిర్భయులుగా పెంచాలి. " చీకట్లో దయ్యాలూ, భూతాలూ వుంటాయి " అని వారికి చెప్పకుండా .. " కాస్సేపు అలా చీకట్లో తిరిగిరా " అంటూ వారిని వదిలిపెట్టెయ్యాలి ! స్మశానంలో వారిని స్వేచ్ఛగా త్రిప్పుతూ " ఇక్కడ మీ తాతగారు తమ శరీరాన్ని వదిలిపెట్టారు " అంటూ చిన్నప్పుడే స్మశానం అంటే వారిలో భయాలను పోగొట్టాలి ! తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకుంటూనే .. నదిలో ఈదడం, కొండలు, చెట్లు ఎక్కడం వంటి సాహసోపేతమైన పనులకు వాళ్ళను ప్రోత్సహించాలి!

" రకరకాల సాహసాలు "

సాహసాలు రకరకాలుగా ఉంటాయి. చదువుల్లో సాహసం.. ఆటల్లో సాహసం.. పాటల్లో సాహసం.. మాటల్లో సాహసం.. పనుల్లో సాహసం ! రకరకాల సాహసాలు చెయ్యాలి. సంగీతంలో క్రొత్త క్రొత్త రాగాలను కనిపెట్టాలి .. చదువుల్లో క్రొత్త క్రొత్త ప్రయోగాలు చెయ్యాలి. " మనకెందుకులే? " అనుకోకుండా ప్రక్కవాళ్ళెవ్వరూ చేపట్టని పనులను మనం చేపట్టి .. నీలాపనిందలకు గురి అయినా వెరువకుండా .. ప్రాణాలకు తెగించి మరీ ఆ పనులను పూర్తిచేయాలి. ఇలా మన ఆత్మకు తోచిందీ, మన హృదయం చెప్పిందీ నిర్భయంగా చేయడమే సాహసం !

సాహసాల్లో కెల్లా మరొక ముఖ్యమైన సాహసం అహింసా వ్రతాన్ని త్రికరణశుద్ధిగా పాటించడం. " అహింసయే వీరత్వానికి పతాకస్థాయి " అన్న మహాత్మగాంధీ " కేవలం అహింసాధర్మాచరణ మాత్రమే మానవుడిని నిర్భయుడిగా మారుస్తుంది " అని తేల్చిచెప్పారు. నోరు లేని నిస్సహాయ మూగజీవులను చంపితినడం సాహసకార్యం ఎంతమాత్రం అనిపించుకోదు..

శాకాహార జివన విధానం ద్వారా స్వీయ ఇంద్రియాల పట్ల నిగ్రహాన్ని పాటించడం అన్నదే ఎంతో గొప్ప " సాహసం " అనిపించుకుంటుంది!

ఒకరి సాహసం మరొకరికి స్ఫూర్తినిస్తుంది మరి .. ఒకరి సాహసాన్ని చూసి ఇంకొకరు సాహసం చేయ పూనుకుంటారు. " తెల్లదొరల దాస్యశృంఖలాల నుంచి భరతమాతను విముక్తి చేయాలి " అన్న గాంధీజీ యొక్క సాహసం గత రెండు వందల యేళ్ళుగా స్వంతదేశంలోనే బానిసలుగా బ్రతుకుతూన్న ప్రతి ఒక్క భారతీయుడిలోని సాహసం చేసే నైజాన్ని తట్టిలేపింది. దాంతో దేశం అంతా కూడా దేశభక్తితో సాహసవంతం అయిపోయి .. అచిరకాలంలోనే స్వేచ్ఛా వాయువులను పీల్చుకుంది!!

దక్షిణాఫ్రికా స్వాతంత్ర్య సమర యోద్ధుడు నెల్సన్ మండేలా రెండు దశాబ్దాలపాటు జైలులో ఉండే తన పోరాటాన్ని సాగించారు. వీర సావర్కర్ ఇరవై అయిదేళ్ళపాటు అండమాన్ జైలులోనే మ్రగ్గిపోతూ.. ఎన్నెన్నో వ్యక్తిగత బాధలు అనుభవించారు. అక్కడి నుంచే ఆ వీరుడు దేశ ప్రజలను ఉత్తేజితం చేసాడు. అదీ " సాహసం " అంటే!

ఇలా ప్రతిక్షణం "సాహసం" తో జీవించడం అన్నది ఒకానొక సంపూర్ణ జీవితాన్ని జీవించే వ్యక్తి యొక్క ఉన్నత ఆకాంక్ష! ఎలాగైతే "జ్ఞానం" ద్వారా "అజ్ఞానం" అన్నది నశిస్తుందో.. అలాగే సాహస కార్యాలను చేపట్టడం ద్వారా మనలో జన్మజన్మలుగా గూడుకట్టుకుని వున్న "భయం" అన్నది నశిస్తుంది.

"ప్రాణాలు పోతే పోని .. ఈ పని మాత్రం పూర్తి చెయ్యి " అని ఎవరైనా మరొకరికి చెప్పడం అన్నది వారు చేసే అత్యంత సాహసోపేతమైన ప్రబోధం ! లంకా విజయం తరువాత శ్రీరాముడు తన ధర్మపత్ని సీతమ్మను " అగ్ని ప్రవేశం చెయ్యి " అని అజ్ఞాపించాడు. అది "సాహసం" మారు మాట్లాడకుండా సీతాదేవి భర్తచుట్టూ మూడు ప్రదిక్షణలు చేసి అగ్ని ప్రవేశం చేయడం అంతకంటే గొప్ప "సాహసం"!

సాహసాలు చేసేవాళ్ళకు పై లోకాల్లో ఎన్నో మార్కులు వస్తాయి!! రేపో మాపో మనం కూడా పై లోకాలకు వెళ్ళిపోతాం! అప్పుడు అక్కడి ఉన్నతాత్మలు మనల్ని " ఏమయ్యా! భూమ్మీద వున్నప్పుడు ఏమేం సాహస కార్యాలు చేసావేంటి?! " అని అడుగుతారు కుతూహలంగా!

అప్పుడు మనం దేభ్యం మొహం వేసుకుని " లేదండీ !! పెళ్ళాం-పిల్లలు, ఉద్యోగం-సద్యోగం. బరువులు-బాధ్యతలు.. వీటితోనే జన్మంతా సరిపోయే ! ఇక సాహసాలు చేయడానికి టైమెక్కడిదీ?! అసలు వాటి గురించి ఆలోచించే వెసలుబాటే లేకపాయె " అని సర్దిచెప్పబోతున్నప్పుడు వాళ్ళు నవ్వుతారు. ఎందుకంటే భూలోకంలో వున్నప్పుడు అలాంటి స్థితిలో ఉండికూడా బోలెడన్ని సాహసాలు చేసి వచ్చిన వాళ్ళు పై లోకాల్లో కోకొల్లలుగా వుంటారు! కేవలం భూలోకం అన్న ఈ పాఠశాలలోనే మనకు అనేకానేక కర్మల ద్వారా సాహసాలు చేసే అవకాశం వుంటుంది.
బాహ్య ప్రపంచంలో కర్మలు చేస్తూనే ఆత్మస్వరూపుల్లా వెలగడం ఒక "మహా సాహసం". నిరంతర ధ్యానసాధన ద్వారా స్వీయ ఆత్మతత్వం పట్ల ఎరుకతో ఉండడం "సాహసం"! ఆలోచనల పట్ల ఎరుకతో ఉండడం "సాహసం"! ఆలోచనల పుట్ట అయిన మనస్సును నిర్మూలనం చేసుకోవడం "సాహసం". మూడవ కన్ను తెరుచుకుని గతజన్మలను చూసుకుని కర్మసిద్ధాంతాన్ని అవగతం చేసుకోవడం అన్నింటికన్నా గొప్ప "సాహసం"!

అయితే మన చుట్టూ ఉన్న ప్రపంచం అతి చిన్న వయస్సు నుంచే ధ్యానం చేసి అవధూతగా మారిన ముమ్మిడివరం బాలయోగిని మాత్రం పూజిస్తూ .. మనల్ని మాత్రం " ఈ చిన్ని వయస్సులో ధ్యానం ఏంటిరా? ముసలి వయస్సులో చేసుకోవాలి గానీ! " .. అంటుంది!

కాబట్టి ధ్యానం అన్నది ఆషామాషీ వ్యవహారం ఎంతమాత్రం కాదు. " ఒక మహా సాహస కార్యక్రమం చేయడానికే నేను పూనుకుంటున్నాను. తలపులు బోడి చేసుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తూ నా ఆత్మమూల ప్రకృతి గురించి నేను తెలుసుకుంటున్నాను " అనుకుని ధ్యానానికి కూర్చుని మనస్సు అనే సరస్సు లోకి దిగి మొసళ్ళు అనే ఆలోచనలను ఒక్కొక్కటిగా మట్టు పెట్టడం అన్నది ఒక గొప్ప సాహసం! ఇది ఒకానొక బుద్ధుడు మాత్రమే చేపట్టగలిగే మహాసాహస కార్యం!

నిజానికి బాంబులు విసిరో, కత్తితో దాడి చేసో లేక తుపాకీతో ఒక మనిషిని చంపడం కంటే మన మనస్సును మనం చంపడం చాలా కష్టం! కళ్ళు రెండూ మూసేసుకుని శరీరాన్ని స్థిమితపరిచి, మనస్సును శూన్యం చేసుకుని గంటలు గంటలు ధ్యానంలో కూర్చోవడం పరమ "సహనం" తో కూడిన "సాహసం"! అది మనల్ని 'ముక్కంటి' అయిన పరమశివునిలా మార్చివేస్తుంది!

జయాపజయాలతో సంబంధం లేకుండా పనిచేయడం అన్నది ఒకానొక సాహసి యొక్క లక్షణం! వారు ప్రక్కవాళ్ళు వెలిబుచ్చే అపరికత్వ అభిప్రాయాలను ఎంతమాత్రం లెక్క పెట్టకుండా ఎంచుకున్న పనిలోనే నిమగ్నమై తమకోసం తాము ఆత్మవత్ జీవితాలను జీవిస్తూంటారు. ఇలా " శరీరం తాత్కాలికం, ఆత్మ ఒక్కటే శాశ్వతం " అని తెలుసుకున్న ఇటువంటి గొప్ప వారి జీవితాల్లోని సాహసాలు .. పది మందికీ ఉపయోగపడే ప్రయోగాలుగా రూపుదిద్దుకుంటాయి.

కాబట్టి ఈ భూమ్మీద మానవ జన్మ తీసుకున్న ప్రతి ఒక్కరూ కూడా సాహసాల్లో కెల్లా అత్యంత సాహసమైన ధ్యానాన్ని తమ దైనందిన జీవితంలో కూడా అద్భుతమైన ప్రయోగాల్లా మారి .. ఎదురు అన్నదే లేకుండా స్వీయ ఆత్మపరిణామక్రమంలో ముందుకు దూసుకుపోతూంటాయి !!

"సాధనా చతుష్టయం"

ఆది శంకరాచార్యుల వారు
'వివేక చూడామణి' లో
"సాధనా చతుష్టయం" గురించి ప్రస్తుతించారు

సాధనలో నాలుగు అంశాలు వున్నాయి -
1. వివేకం 2. వైరాగ్యం 3. షడ్ సంపత్తి 4. ముముక్షుత్వం

నిత్యానిత్య వస్తు విచక్షణా జ్ఞానమే "**వివేకం**",
ఇహ, ఆముత్ర కర్మ ఫల భోగ అనాసక్తే "**వైరాగ్యం**"

మోక్షప్రాప్తి కోరే తీవ్రసాధకుడి గుణగణాలే "**షడ్ సంపత్తి**"
షడ్ + సంపత్తి = ఆరు సంపత్తులు
అవి దమము, సమము, తితీక్ష ఉపరతి, శ్రద్ధ, సమాధానాలు
బహిరేంద్రియ నిగ్రహం అన్నదే "**దమం**"
అంతరేంద్రియ నిగ్రహం అన్నదే "**సమం**"
బాధలను నోర్చుకునే గుణమే "**తితీక్ష**"
'కామం' నుంచి కొంత, సందర్భానుసారంగా, వైదొలగడమే "**ఉపరతి**"
త్రికరణశుద్ధి + దీక్ష = "**శ్రద్ధ**"
ద్వంద్వాలలో సమంగా చలించకుండా వుండడమే " **సమాధానం** "
ముక్తిని సదా, తీవ్రంగా, కోరుకోవటమే "**ముముక్షుత్వం**"

*** ఒకానొక సాధకుడికి వివేకం, వైరాగ్యం, షడ్ సంపత్తి, ముముక్షుత్వం అనే నాలుగు లక్షణాలు ఉన్నప్పుడే మోక్షప్రాప్తి అవుతుంది" ..**
అన్నదే ఆదిశంకరాచార్యుల బోధ

సబ్‌కో సన్మతి

"హిందువులు వేరే ... ముస్లింలు వేరే"... అన్న భావన గాంధీ మహాత్ముణ్ణి ఎంతగా కలచి వేసిందో, పాపం ఏడ్చాడాయన. ఎవరు హిందువు? ఎవరు ముస్లిం? అంతా ఒకటే. మానవులంతా ఒకటే జాతి. ఏ మతమూ వేరుగా లేదు. ఉన్నదంతా ఒకటే మతం. ఉన్నదంతా ఒకే ఆధ్యాత్మిక మతం. ఉన్నదంతా ఒకే దైవిక కుటుంబం.

"ఈశ్వరుడు వేరే ... అల్లా వేరేనా? అంతా ఒకటే కదా. అని పాపం ఆయన వాపోయాడు.

మహాత్మ గాంధీజీ ... జాతిపిత. "అహింసో పరమో ధర్మః" అన్న ఆయన "ఒక మనిషి మరొక మనిషిని చంపడం, నరకడం, రక్తం త్రాగడం ... రామచంద్రా, ఏం జాతో, మతం పేరిట మారణహోమమా? హిందువులను చూస్తే ముస్లింలు సహించలేరు ముస్లింలను చూస్తే హిందువులు సహించలేరు. ఒక మనిషిని సహించలేని ఇంకొక మనిషి ... అతనొక హిందువా? అతనొక ముస్లిమా? రామచంద్రా," ... అని ఏడుస్తున్నాడు మహాత్మా గాంధీజీ. అహింసకు అవతారమూర్తి మహాత్మా గాంధీజి. "హింసా ఛోడో" అన్న దానికి మారు పేరు మహాత్మా.

అయితే ఈ హింసను వదిలి పెట్టడానికి, మరి హంసను పట్టుకోవాడానికీ ... అది మరి రెండవ మెట్టు, పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మాస్టర్లూ, ధ్యానులూ "హింసను వదిలిపెట్టేసి హంసను పట్టుకోండి". అని ఆ రెండవ మెట్టును సూచిస్తున్నారు.

"మొట్టమొదటి మెట్టు" అంటే "అహింసో పరమో ధర్మః" అన్నదానితో అహింసాయుతంగా భారతదేశం స్వాతంత్ర్యం సంపాదించింది.
మహాత్మా గాంధీ గారు విశుద్ధ చక్రానికి ప్రతీక. ఆయన ఏం ప్రార్థించాడంటే "యావత్ జగత్తుకే సన్మతిని ప్రసాదించండి, స్వామీ." అని.
వాస్తవానికి ..."సన్మతి" అంటే "సత్యంతో కూడుకున్న మతి."
"సత్యం" అంటే "ఆత్మ."
"ఏ మతి అయితే ఆత్మతో కూడుకుని ఉంటుందో" అది "సన్మతి."
"అందరూ సర్వ సమానులే" అన్నదే "సన్మతి."
"నేను ఈ శరీరం కాదు; నేను అన్నది ఆత్మ పదార్థం" అని తెలుసుకున్నదే "సన్మతి."
"ఎవరి వాస్తవానికి వారే సృష్టికర్తలు" అన్నదే "సమ్మతి."
"మనం అనేక జన్మల పరంపరలో, అనేక కర్మల పరంపరలో, అనేక పాఠాల పరంపరలను నేర్చుకుంటున్నాము" అన్నదే, ఇది తెలుసుకోవడమే, "సన్మతి."

"చెడు చేస్తే మనకు చెడు వస్తుంది, మంచి చేస్తే మంచి వస్తుంది" అని కర్మసిద్ధాంతం యొక్క మౌలిక ప్రభావాన్ని మన జీవితంలో తెలుసుకోవడమే "సన్మతి."

"ఏ జంతువునూ చంపకుండా, సకల జంతువులనూ రక్షించాలి" అని తెలుసుకోవడమే "సన్మతి."

"అందరికీ సన్మతిని ప్రసాదించండి భగవాన్." అని ఆయన వేడుకొంటున్నారు. "సబ్ కో సన్మతి దే భగవాన్." ... సన్మతిని మనకు ఎవరిస్తారు ?? ఎవరి సన్మతిని వారే సంపాదించుకోవాలి గదా... "ఎలా??" అంటే ...

ధ్యానం ద్వారా... శ్వాస మీద ధ్యాస ద్వారా ...
చిత్తవృత్తుల నిరోధం ద్వారా ... విశ్వప్రాణశక్తి ఆవాహన ద్వారా ...
నాడీమండల శుద్ధి ద్వారా ... దివ్య చక్షువు ఉత్తేజితం ద్వారా ...
... ఎవరి మతిని, ఎవరి సన్మతిని వారే తెచ్చుకోవాలి.

సృష్టిలో ఎక్కడా "ఇచ్చే నాధుడు" లేడు ... "సంపాదించుకునే నాధులు" మాత్రమే ఉన్నారు.
మై డియర్ ఫ్రెండ్స్, మై డియర్ మాస్టర్స్, మై డియర్ గాడ్స్, మహాత్మా గాంధీజీ గారి యొక్క సంతతి ఈ భారతదేశం ఇకనైనా అవుగాక, ఇకనైనా అవుగాక, ఇకనైనా అవుగాక...

శాంతము లేక సౌఖ్యము లేదు

మానవాళికి సౌఖ్యం కావాలి. మానవాళికి పరమ సౌఖ్యం కావాలి.
మానవాళికి ఎల్లప్పుడూ సౌఖ్యం కావాలి.

అయితే సౌఖ్యం దొరికేది ఎలా? సౌఖ్యం అంటే ఏమిటి?
సౌఖ్యం అంటే శారీరక సౌఖ్యం, సౌఖ్యం అంటే మానసిక సౌఖ్యం,
సౌఖ్యం అంటే బుద్ధి పరమైన సౌఖ్యం, సౌఖ్యం అంటే ఆత్మ పరమైన సౌఖ్యం.

అన్ని రకాల సౌఖ్యాలూ కేవలం ఒక్కదాని మీదే ఆధారపడి ఉన్నాయి.
- శాంతం అంటే మనస్సు యొక్క శాంతి -

- అందుకే శ్రీ త్యాగరాజస్వామి అన్నారు -
శాంతము లేక సౌఖ్యము లేదు.
శాంతం సౌఖ్యానికి మూలమైతే పరమ శాంతం పరమ సౌఖ్యానికి మూలం.
పరమ శాంతమే సదా సౌఖ్యము కలిగించేది.
శాంతం అన్నది - మనస్సు యొక్క శాంతం అన్నది - ధ్యానం ద్వారానే సంభవం.
పరమ శాంతం అన్నది - మనస్సు యొక్క పరమ శాంతం అన్నది - మరి పరమ ధ్యాన సాధన ద్వారానే సిద్ధం..

శాంతము = సౌఖ్యము = యోగము
పరమ శాంతము = పరమ సౌఖ్యము = పరమ యోగము.
కృష్ణుడు పరమ శాంతం పొందిన ఓ పరమయోగి.
బుద్ధుడు పరమ శాంతం పొందిన ఓ పరమయోగి.
జొరాస్టర్ పరమ శాంతం పొందిన ఓ పరమయోగి.
మహావీరుడు పరమ శాంతం పొందిన ఓ పరమయోగి.
జీసస్ క్రైస్ట్ పరమ శాంతం పొందిన ఓ పరమయోగి.
మహమ్మద్ పరమ శాంతం పొందిన ఓ పరమయోగి

జీసస్ క్రైస్ట్

"Peace that passeth understanding." అన్నప్పుడు
పరమ శాంతం గురించి ఆయన ఉద్బోధిస్తున్నాడు అన్నమాట.
దీనినే గౌతమ బుద్ధుడు మహాపరినిర్వాణం అని నిర్వచించాడు.
దీనినే శ్రీ కృష్ణుడు స్థిత ప్రజ్ఞత అని ఉద్ఘాటించాడు.

పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ పరమశాంతులైన వారు.
పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ పరమ సౌఖ్యాలను అనుభవిస్తున్నవారు.
పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ పరమయోగ్యులైనవారు.

శాంతము లేక సౌఖ్యము లేదు.
శాంతము లేక సౌఖ్యము లేదు అని అత్యద్భుతంగా ప్రవచించిన శ్రీ త్యాగరాజస్వామి జిందాబాద్.

గురువులకే మహా గురువు శ్రీ ఋషి ప్రభాకర్ జీ

17 ఫిబ్రవరి, 2014 .. కర్నాటక రాష్ట్రం, బెంగళూరు సమీపంలోని కనకపుర తాలూకా, " దొడ్డ మరళవాడి "గ్రామం, స్థలం " మాతా అన్నపూర్ణేశ్వరీ ఋషితపోక్షేత్ర " .. సమయం ఉదయం 10.30 ని||. సిద్ధ సమాధియోగ ... S S Y గురువు " శ్రీ ఋషి ప్రభాకర్ జీ " పార్థివశరీరాన్ని వీక్షించి సభామండపంలో ధ్యానమగ్నులయ్యారు బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ! అనంతరం ఋషి ప్రభాకర్ జీ ముఖ్య అనుయాయులు శ్రీమతి గాయత్రి రవిశంకర్ గారు తమ సందేశాన్ని ఇవ్వవలసిందిగా పత్రీజీని కోరగా .. ఆంధ్రప్రదేశ్, కర్నాటక, తమిళనాడు, మహారాష్ట్రల నుంచి విచ్చేసిన S S Y మాస్టర్లందరూ కొలువైన విశ్వమండపంలో పత్రీజీ ఇచ్చిన సందేశం .. మీకోసం ..

-D. శివప్రసాద్.

మిత్రులారా,
"నా చిన్నతనంలో ' ఋషులు ' అన్న పదం నాకు చాలా బాగా నచ్చేది. అయితే అందరిలాగానే ' ఋషులు ఎక్కడో హిమాలయాలలో వుంటారు ' అనుకునేవాడిని. అయితే, నా జీవితంలో మొట్టమొదటిసారి ' ఋషి ' పేరుతో ' శ్రీ ప్రభాకర్ జీ ' గారి పేరు వుండడం నాకు చాలా గొప్పగా అనిపించేది."

" ఋషి ప్రభాకర్ జీ మనందరి జీవితాలను ప్రభావితం చేసి, మనందరికీ ' సిద్ధ సమాధి యోగ ' ప్రక్రియను అందించారు. ఋషి గారు ఇక్కడి ప్రాంతం వారు అయినప్పటికీ .. ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో ఎంతో మంది జీవితాలను ఉద్ధరించి, వారి జీవితాలలో ఎన్ని జ్యోతులు వెలిగించారో మనందరికీ తెలుసు. వాడవాడలా, ఊరూరా, ప్రతి ఇంటిలో శ్రీ ఋషిప్రభాకర్ జీ కొలువైవున్నారు ! ప్రతి ఒక్కరి ఆత్మోద్ధరణకు వారు అనంతమైన కృషి సలిపారు.

" 'ఆధ్యాత్మికత' అంటే ఏమిటి? " లివింగ్ విత్ నేచర్ " అంటే ఏమిటి? .. " సాత్విక భోజనం " అంటే ఏమిటి? " .. " అందరూ కలిసి వసుధైక కుటుంబకంగా జీవించడం ఎలా? " అన్న విషయాలపట్ల అందరిలో ఒక అవగాహనా పూర్వకమైన వెలుగు వెలిగించారు ఋషి ప్రభాకర్ జీ !

" అంతటి మహాజ్యోతి .. ' భూలోకంలో చెప్పవలసింది అంతా చెప్పాను ; నా కర్తవ్యం అయిపోయింది ; ఇక మిగిలిన వారు తమ వంతు కర్తవ్యాలను తాము చెయ్యాలి ' అని చెప్పి తమను తాము నిష్క్రమింపచేసుకున్నారు. "

ఇది సంతోషకర విషయం ; ఇక్కడ దుఃఖించడానికి ఏమీ లేదు ! ఒక గొప్ప మాస్టర్ తన ' మిషన్ 'ను విజయవంతంగా ముగించుకుని, ఉన్నత లోకాలకు వెళ్ళిపోయారు. సృష్టిలో కోటానుకోట్ల లోకాలు వున్నాయి .. కోటానుకోట్ల సమస్యలు వున్నాయి. ప్రతి ఒక్క లోకానికీ ఒక్కో సమస్య వుంది. ఒక్కొక్క లోకానికి సమస్య వచ్చినప్పుడు ..

యదా యదా హి ధర్మస్య గ్లానిర్భవతి భారత |
అభ్యుత్థానమధర్మస్య తదాత్మానాం సృజామ్యహమ్ ||

.. అని గీతాకారుడు చెప్పినట్లు .. ఎక్కడ ఏ సమస్య వచ్చినా ఋషులు అక్కడకు వెళ్ళి, వారితో సహజీవనాన్ని సాగించి .. అక్కడ ఆ సమస్యకు పరిష్కారమార్గం కనుగొని పరిష్కారం చూపిస్తారు. దేనిని అభివృద్ధి పరచాలో దానిని అభివృద్ధి పరచి .. దేనిని తీసివేయాలో దానిని తొలగించి .. దేనిని కలపాలో దానిని జతచేసి తమ మిషన్‌ను ముగించుకుంటారు."

ప్రతి లోకంలోనూ పరమాత్మలు అందరూ ఇలా దిగుతూనే వుంటారు .. అందరికీ బోధించడానికి .. ' ఇది ఇలా వుండాలి ' .. ' ఇది అలాగే చెయ్యాలి ' .. ' ఇక్కడ ఇలానే నడుచుకోవాలి ' .. ' అక్కడ అలానే మాట్లాడాలి ' అని అన్నింటినీ బోధిస్తారు. అలా ఋషి ప్రభాకర్ గారు తమ జీవితాన్ని ముగించారు.

"ఈ లోకానికి వచ్చి ' ఇలా చేసుకోవాలి నాయనా ! ' అని చెప్పి, చేసి చూపించారు. ఒక గొప్ప గురువుల బృందాన్ని ఆయన తయారు చేసి గురువులకే మహాగురువు అయ్యారు. గురువులకే గురువు అయిన వారిని మనం కలవడం ఒక గొప్ప విషయం."

" సుమారు 15 సంవత్సరాల క్రితం ఈ ఆశ్రమానికి వచ్చి ఋషి ప్రభాకర్‌జీ ని నేను కలిశాను. వారు కూడా 8 మే, 2009న బుద్ధ పూర్ణిమ సందర్భంగా పిరమిడ్ వ్యాలీకి వచ్చి తమ సందేశాన్ని అందించారు.

"ప్రతి ఒక్కరూ బుద్ధత్వాన్ని పొందాలి ; ఆధ్యాత్మికమైన సామాజిక జీవితాన్ని జీవించాలి. మనం ధ్యానం చేయగా .. ధ్యానం చేయగా .. కళ్ళు తెరిచే వుంటాం, మాట్లాడుతూ వుంటాం, కానీ సహజ సమాధి - స్థితిలో వుంటాం .."

"రోజూ 'తప్పనిసరిగా' ఏం చేయాలి?"

రోజూ 'తప్పనిసరిగా' కనీసం ఒక గంట - - ధ్యానం.. ఒక గంట - - స్వాధ్యాయం
ఒక గంట - - సజ్జన సాంగత్యం చేసి తీరాలి.
మిగతా సమయంలోసంతోషంగా ఉంటూ, సదా, అన్ని కోణాలలోనూ, జీవితాన్ని అనుభవించాలి.

" B.H.E.L."
"Be Happy and Enjoy Life"

"రిఛార్డ్‌బాక్"

సంపూర్ణ ఆధ్యాత్మిక వికాసానికి సంపూర్ణ ప్రతిరూపం రిఛార్డ్‌బాక్.ఆయన పుస్తకాలు -**"జొనాథన్ లివింగ్‌స్టన్ సీగల్ - Jonathan Livingston Seagull";**
"ఇల్యూషన్స్ - illusions";
"బ్రిడ్జ్ అక్రాస్ ఫరెవర్ - Bridge Across Forever";
"వన్ - One";
"రన్నింగ్ ఫ్రమ్ సేఫ్టీ - Running from Safety"
మొదలైనవి అసమాన ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానమణులు.
ఉదాహరణకు, "ఇల్యూషన్స్" అనే పుస్తకం లోంచి ఒక ఆణిముత్యం -

"ది మార్క్ ఆఫ్ యువర్ ఇగ్నోరెన్స్ ఈజ్ ది డెప్త్ ఆఫ్ యువర్ బిలీఫ్ ఇన్ ఇన్‌జస్టిస్ అండ్ ట్రాజెడీ."

అంటే, " 'అన్యాయం' , 'విషాదం' అనేవి ఉన్నాయని మీరు ఎంత ప్రగాఢంగా నమ్మితే, వాస్తవానికి అంతగా 'అజ్ఞానం' మీకు ఉందన్నమాట." –
అని దీని మహాఅర్థం

తింటే గారెలే తినాలి; చదివితే రిఛార్డ్ బాక్ పుస్తకాలే చదవాలి.

రెండు ఉన్నాయి

రెండు ఉన్నాయి
ఒకటి మనకు తెలసినది, రెండవది మనకు తెలియనిది
ఒకటి పాంచభౌతిక జ్ఞానేంద్రియ సహితమైనది
రెండవది పాంచభౌతిక జ్ఞానేంద్రియాతీతమైనది.
రెండు ఉన్నాయి: ఒకటి ప్రపంచం, రెండు బ్రహ్మాండం
మొదటిది పాంచభౌతిక జ్ఞానేంద్రియాలతో గ్రాహ్యం

రెండవది పాంచభౌతిక జ్ఞానేంద్రియాతీతం తో గ్రాహ్యం
అంటే, దివ్యచక్షువు తో మాత్రమే పొందగలిగేది.
రెండూ ఉన్నాయి : మొదటిది ప్రాపంచికత, రెండవది ఆధ్యాత్మికత
ప్రాపంచికత భౌతిక కాయానికి సంబంధించినది;
ఆధ్యాత్మికత ఆత్మకు సంబంధించినది.

రెండు ఉన్నాయి : ఒకటి సంసారం, రెండు నిర్వాణం
సంసారం అనేది ప్రకృతి తో సంసారం, నిర్వాణం అన్నది కేవల పురుష అనుభవసారం
రెండు ఉన్నాయి, కనుక మనిషి రెండింటినీ పొందాలి
ఏ ఒక్కదాని వెంట మాత్రమే వుండకూడదు : రెండు సమగ్రంగా ఉంటేనే పరిపూర్ణత

రెండు ఉన్నయి: ఒకటి ధర్మం, రెండు ధ్యానం
ధర్మం చక్కటి ప్రాపంచికతను సాధింపజేస్తుంది
ధర్మం చక్కటి సంసారాన్ని ప్రసాదిస్తుంది.
అలాగే, ధ్యానం చక్కటి ఆధ్యాత్మికతను సాధింపజేస్తుంది
ధ్యానం కేవల అనుభూతిని కలుగజేస్తుంది
రెండు ఉన్నాయి. కనుక, రెండింటి లోనూ నిష్ణాతులమవ్వాలి
ధర్మానుష్ఠానం ద్వారా సంసారం లోనూ -
మరి ధ్యానానుష్ఠానం ద్వారా నిర్మాణం లోనూ

రమతే బాలోన్మత్తవ దేవ

ధ్యానం లో విజయం సంపాదించాం. ధ్యాన విజయులమయ్యాం ; తర్వాతేమిటి? ఆనక మన పరిస్థితి ఏమిటి?

ఆ తర్వాత ఉన్నదే రమతే బాలోన్మత్తవ దేవ .
యోగి అయిన వాడు అంటే అర్థం ధ్యానం లో విజయుడైనవాడు అని.
జ్ఞానాన్ని సముపార్జించినవాడు అంటే అర్థం తానే అంతటా ఉన్నాను అని ఎరిగిన వాడు.

తాను కాకుండా వేరొకటిది లేదు అని అనుభవానికి వచ్చినవాడు.
అంటే, ఇక అరిటాకు వచ్చి ముల్లు మీద పడ్డా, లేదా ముల్లు వచ్చి అరిటాకు మీద పడ్డా తానే ముల్లు, తానే అరిటాకు కనుక, క్రింద పడ్డా, మీద పడ్డా తానే గెలిచినట్లు అన్నమాట. అదీ విజయం అంటే ; అప్పుడిక మిగిలిందేమిటి, ఎల్లవేళాలా అందోళనా రహితంగా సుఖించటం తప్ప ...
చిన్న పిల్లలు సదా కేరింతలు కొడుతూ ఉన్నట్లు, పిచ్చివాడు ఎప్పుడూ ముసి ముసి నవ్వులు నవ్వుకుంటూ వున్నట్లుగా వుండడం తప్ప.

... ఇదే, రమతే బాలోన్మత్త దేవ అంటే.
... కభీ హసే, ఔర్ కభీ మూన్ మే రహ్ జాయే, పర్ దుఃఖిత్ కభీ న హెూయే.

" రాత్రి సమయాల్లో ఆనాపానసతి ధ్యాన సాధన .
పగటి సమయాల్లో అహింసాధర్మాచరణ "

" ప్రాపంచిక మాయలో పడిపోయి మనం ఆత్మ సత్యాన్ని మరిచిపోతే .. ' నేను కేవలం శరీరధారుడినే ' అన్న అజ్ఞానంతో కూడిన దుఃఖంలో కూరుకుపోతాం. మన స్వీయ ఆత్మతత్వాన్ని మరచిపోయినప్పుడే మనం ఇతరుల పట్ల హింసాత్మక కార్యక్రమాలను చేస్తూవుంటాం. కర్మసిద్ధాంతం ప్రకారం అనేకానేక కర్మలను కూడగట్టుకుంటూ .. రోగాలూ, బాధలూ, కష్టాలూ కన్నీళ్ళూ .. ఇంకా ఇంకా అనేకానేకమైన పాపాల్లో ఇరుక్కుంటూ మనకు మనమే నరకాన్ని సృష్టించుకుని మనకు మనమే శత్రువుల్లా మారిపోతాం.
" వీటన్నింటికీ కారణం మన అజ్ఞానమే. ఈ సృష్టిలో మనతోపాటే పుట్టి మనతోపాటే మనుగడసాగిస్తోన్న మన సహోదరులైన ఇతరజీవులను చంపితింటూ .. దానిని నాగరికత అని గొప్పగా చెప్పుకుంటున్నాం. పూజలూ, బలులూ అంటూ ' దేవుడి ' పేరుతో అనేకరకాలైన అపచారాలను చేస్తున్నాం.

" సృష్టిపరిణామక్రమంలో ముందుకు దూసుకుపోవాల్సిన ఈ తరుణంలో .. ఇక ఇన్నాళ్ళూగా మనం తెలిసీ తెలియక చేసిన ఈ అపచారాలన్నీ ఆపేద్దాం. ' పెద్దలు నియమాలను ఏర్పరచారు ' అన్న మూఢనమ్మకాల్లోంచి బయటికి వద్దాం.

ఏ దేవుడు కూడా హాయిగా బ్రతుకుతోన్న ఇంకొకజీవిని బలవంతంగా పట్టితెచ్చి చంపి తనకు నైవేద్యం పెట్టమని మనల్ని అడుగడు. మనమే .. మనలో ఉన్న రాక్షసత్వపు కోరికలకు ' దేవుడి ' పేరు పెట్టి ఇలా హింసాత్మకమైన పనులను చేస్తూంటాం.
" అధర్మయుతం అయిన ఈ హింసాత్మక చర్యలన్నింటినీ తక్షణం ఆపేద్దాం. మన స్వీయ ఆత్మసత్యాన్ని ప్రతిక్షణం ఎరుకలో ఉంచుకోవడానికి నిరంతరం ధ్యానసాధన చేద్దాం .. మరి ఇతర జీవులలోని ఆత్మతత్వాన్ని గౌరవిస్తూ ధర్మాచరణలో జీవిద్దాం.

" చంద్రుడు రాజ్యంఏలే రాత్రిసమయాన్ని ధ్యానసాధనలో సద్వినియోగపరచుకుంటూ .. స్వీయ ఆత్మసత్యంలో జీవిద్దాం. సూర్యుడు రాజ్యంఏలే పగటిసమయం అంతా అహింసా ధర్మాచరణలో పునీతులం అవుతూ .. మన జీవితాలను ధన్యం చేసుకుందాం. ధ్యానం మరి అహింస ఈ రెండు శక్తివంతమైన అస్త్రాలు మత్రమే ప్రస్తుతం మానవాళిని రక్షించే తిరుగులేని రామబాణాలు."

రామాయణం

రామాయణం అంటే శ్రీరాముడి కథ. శ్రీరాముడి కథ అంటే ఒక్కటే - పితృ వాక్య పరిపాలన.
పిరమిడాయణం. పిరమిడాయణం అంటే పిరమిడ్ మాస్టర్ల కథ.
పిరమిడ్ మాస్టర్ల కథ అంటే - సత్యవాక్ పరిసాధన ...

వాక్కులు మూడు రకాలు,
1. చెడు వాక్కులు 2. మంచి వాక్కులు 3. సత్యవాక్కులు.
పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ సత్యవాక్ పరిసాధకులు.
ఆత్మ గురించి మాట్లాడేవే సత్యవాక్కులు.
ఆత్మానుభవం నుంచి వచ్చేవే సత్యవాక్కులు.
అందరినీ ఆత్మలుగా సంభోధిస్తూ పలికే పలుకులే సత్యవాక్కులు ...
సత్యం శరణం గచ్ఛామి.
సత్యవాక్యం శరణం గచ్ఛామి.
సత్యవాక్ అభ్యాసం శరణం గచ్ఛామి...

"రాక్షసులు -మానవులు - దేవతలు"

మానవులలో మూడు వర్గాల వారు వున్నారు :
(1) రాక్షసులు (2) మానవులు (3) దేవతలు
రాక్షసత్వం" లో ఉన్నవారు **"రాక్షసులు"**
"రాక్షసులు" అంటే . . "హింసయే నా పరమ వాంఛ అన్నవారన్నమాట.
జంతువధ చేసేవారందరూ మాంసభక్షకులు అందరూ మరి రాక్షసులే.
రాక్షసులే ప్రస్తుత భూ దారిద్ర్యానికే, గందరగోళానికీ మూలకారణం
అయితే తెలుసుకోవలసింది ఏమిటి అంటే మన రాక్షసత్వమే మనకు అష్టదరిద్రాలు కలిగిస్తుంది"మానవులు"
అనబడేవారు అహింసాత్మకులు; "అహింసో పరమ ధర్మః"
అన్న బుద్ధ సూత్రాన్ని దైనందికంలో ఆకళింపు చేసుకున్నవారు జీవహింస
మానడమే, మాంసాహారం త్యజించడమే మరి 'మానవత్వం'
ఇకపోతే, **"విద్వాంసో హి దేవాః"** అన్న శతపథ బ్రాహ్మణ వేదోక్తి ప్రకారం,
వేదంలో "విద్వాంసు" లకు **"దేవతలు"** అని పేరు.
విద్వాంసులు అంటే విద్యావంతులు అన్నమాట
"విద్య" అంటే **"ఆత్మవిద్య**"
*** ముందుగా "రాక్షసత్వం" పోగొట్టుకోవాలి**
*** పరంపరగా "మానవత్వం" కల్పించుకోవాలి**
*** ఆ పైన "దైవతం" సంపాదించుకోవాలి**

"పిరమిడాయణం"

"రఘుపతి రాఘవ రాజారాం; పతీత పావన సీతారాం ;
ఈశ్వర్ అల్లా తేరేనాం ; సబ్‌కో సన్మతి దే భగవాన్."

ప్రఖ్యాతి గాంచిన ఈ పాటను వింటూనే జ్ఞప్తికి వచ్చేది గాంధీజీ.
గాంధీజీకి అత్యంత ప్రీతిపాత్రుడైనవాడు రాముడు.
కారణం ... రాముడు, గాంధీ ఇరువురూ ఒకే గూటికి చెందిన పక్షులు ... విశుద్ధ చక్రానికి ప్రతీకలు.
తామిరువురూ సహస్రారానికి చెందినవారైనా.. విశుద్ధానికి ప్రతిబింబాలుగా విలసిల్లేందుకు ఈ జన్మను తీసుకున్నవారు.
ఓ శాస్త్రాన్ని ఎంతగానో అభ్యసించిన మేధావి,
చిన్నపిల్లలకు ఆ శాస్త్రాన్ని వారి స్థాయికి తగినట్లు అద్భుతంగా బోధించిన విధంగా వారిరువురూ వారి వారి కార్యక్రమాలను అతి చక్కగా చేసి చూపారు.
"విశుద్ధ చక్రం" అంటే విపరీతమైన శుద్ధతను కలిగి వుండటం అన్నమాట. . . అంటే వ్యవహారిక ధర్మానుసారం పరిపూర్ణంగా ప్రవర్తించటం అన్నమాట.
పాంచభౌతిక జ్ఞానం మాత్రమే కలిగి వుండే సాధారణ ప్రజానీకానికి
అత్యంత ఆదర్శవంతులుగా కనిపించేవారు విశుద్ధం వారు మాత్రమే.
ఆ పైన వున్న ఆజ్ఞ, సహస్రార స్థాయిలలో ప్రవర్తించే వ్యక్తుల శైలి, ఔన్నత్యం వారికి అర్థం కావు.
వరుస క్రమంలో ...

మూల, స్వాధిష్ఠాన, మణిపూరక చక్రాలు అశుభాన్నీ,
అనాహత, విశుద్ధ చక్రాలు శుభాన్నీ,
ఆజ్ఞా చక్రం ఆత్మజ్ఞానాన్నీ,
సహస్రారం చక్రాతీత స్వభావాన్నీ ... సూచించి శుభాశుభాలకు అతీతమైన సత్యానుసంధానాన్ని ప్రదర్శించాయి.

అందుకే ...పాంచభౌతికమైన గడిచిన కాలానికి
"రామాయణం శ్రీరాముని కథ పితృవాక్య పరిపాలను" వంటివి ఆదర్శాలై నిలిస్తే ...
ఆత్మజ్ఞానమయమై నిలిచే రానున్న కాలానికి
"పిరమిడాయణం ..పిరమిడ్ మాస్టర్ల కథ.. సత్యవాక్ పరిసాధన"
వంటివి మైలురాళ్ళై నిలుస్తాయి.
నూతన యుగ ఆధ్యాత్మిక పరిశోధకులే పిరమిడ్ మాస్టర్లు
వీరంతా తప్పొప్పులకు అతీతమైన పితృవాక్య పరిపాలనకు చరమగీతం పాడి.
ప్రహ్లాదుడి బాటలో సత్యానికి మాత్రమే ప్రాధాన్యతనిస్తారు.

కనుకనే ...

"సత్యం శరణం గచ్ఛామి"
"సత్యవాక్యం శరణం గచ్ఛామి"
"సత్యవాక్ పరిసాధన శరణం గచ్ఛామి"

ఇవే పిరమిడాయణం నినాదాలు.

పిరమిడ్ వంశ చరిత్ర "

మనం అంతా కూడా మన ఆత్మ యొక్క పరిపూర్ణ పరిణామక్రమంలో భాగంగా .. మూడు రకాల వంశాలకు చెందిన దశలను దాటుతూ వెళ్తాం !

ఒకటి : చంద్రవంశ దశ
రెండు: సూర్యవంశ దశ
మూడు: నక్షత్ర వంశ దశ

" చంద్రవంశ దశ "

మనం అంతా కూడా ప్రాథమికంగా కొన్ని జన్మల్లో .. పరిమితి జ్ఞానంతో కూడిన " చంద్రవంశ దశ "లో జన్మ తీసుకుంటాం ! చంద్రుడు అంటే " మనస్సు " " MOON " - " MAN " - " MIND " మనస్సు ఆధారంగా జీవించేవాళ్ళే " చంద్ర వంశీయులు "

చంద్రుడు స్వయంప్రకాశకుడు కాదు. కనుక చంద్రవంశ దశలో మన ఆత్మ కూడా తన స్వయంప్రకాశాన్ని కోల్పోయి వుంటుంది. " విదియ ", " తదియ " మొదలుకుని " పౌర్ణమి " లేదా " అమావాస్య " ల ప్రభావానికిలోనయ్యే చంద్రుడిలాగే మనం కూడా చంద్రవంశ దశలో రకరకాల హెచ్చుతగ్గులతో కూడిన రకరకాల మానసిక స్థితులలో వుంటూ వుంటాం.
ఒక్కోసారి పెరుగుతూ .. ఒక్కోసారి తరుగుతూ వున్న చంద్రుడిలాగా ఈ దశలో మనం కొన్ని జన్మలు పౌర్ణమి వెలుగులతో మరి కొన్ని జన్మలు ఆ అమావాస్య చీకట్లతో గడుపుతాం ! చావు-పుట్టుక .. రోగం-రొష్ఠు .. కలవడాలూ-విడిపోవడాలూ .. సుఖాలూ-దుఃఖాలూ వంటి ఆటుపోట్లు ఈ దశలో సర్వసాధారణం ! వీటన్నింటితో కూడిన రకరకాల అనుభవాల కలబోతగా జీవితాలను గడుపుతూ ఈ దశలో మనమంతా కూడా " మనం అంటే దేహం " అనే భ్రమలో వుంటాం.

" చంద్ర-సూర్య సంధి దశ " : అయితే జన్మపరంపరలో భాగంగా అనేకానేక అనుభవాల సారాంశాన్ని ఆకళింపు చేసుకుంటూ .. " ఆత్మ సూర్య " సత్యాన్ని ఎరుకలోకి తెచ్చుకుంటూ " చంద్ర వంశ " దశ నుంచి ఎదిగి కొంతకాలంపాటు " చంద్ర - సూర్య " దశల్లో జన్మలు తీసుకుంటాం !

దేహం-ఆత్మల మధ్య డోలాయమానంగా ఉండే ఈ దశలో అనేకానేక అనుభవాల జ్ఞానంతో కూడి చివరికి " ఆత్మ అన్నదే సత్యం " అన్న స్పష్టమైన నిర్ణయానికి వస్తాం. ఇక అక్కడి నుంచి మన ప్రయాణం .. ఖచ్చితమైన " సూర్య వంశ "దశ లోకి సాగుతుంది.

" సూర్య - చంద్ర సంధి దశ "

" సూర్యవంశ దశ "

సూర్యవంశ దశలోకి వచ్చాక మనం ఆత్మస్వరూపుల్లా మరిన్ని అనుభవాలను పొందుతూ ప్రత్యక్షదైవం అయిన సూర్యుడిలాగా సర్వకాల సర్వావస్థల్లో కూడా స్వయంప్రకాశకులుగా వెలుగుతూ ఉంటాం !

గౌతమబుద్ధుడు కూడా చంద్రవంశ దశలో వున్నప్పుడు ఒకానొక రోగినీ, ముసలివాడినీ, చనిపోయిన వాడినీ చూసి " అవి నాక్కూడా వస్తాయా? " అని తన రథసారథిని అడిగాడు. " తప్పకుండా వస్తాయి " అని అతడి నుంచి సమాధానం రాగానే .. " తక్షణం వాటికి నివారణోపాయం కన్నుక్కుంటాను " అని చెప్పి అదేరాత్రి భార్యనూ, కొడుకునూ మరి సకల రాజ్య సంపదలనూ వదిలి .. సత్యాన్వేషణ చేస్తూ ఇంటి నుంచి బయలుదేరి వెళ్ళిపోయాడు. ఆ క్రమంలో అతడు " సూర్య-చంద్ర సంధి దశ "లో కొంతకాలం ఉండి తీవ్ర సాధన చేసాడు.

ఈ దశలో రకరకాల గురువులు అతనికి రకరకాల బోధలు చేశారు. అవేవీ అతనికి తృప్తిని ఇవ్వలేదు. అయినా తన అన్వేషణ మానలేదు. చిట్టచివరికి దేహం-ఆత్మల మధ్య ఉన్న డోలాయమానస్థితి నుంచి బయటపడి బుద్ధ గయలోని బోధివృక్షం క్రింద కూర్చుని .. తన జీవితానికి ఆధారమైన " శ్వాస మీద ధ్యాస " వుంచి ఒకరాత్రంతా " ఆనాపానసతి ధ్యానం " చేసాడు.

మొదటి జాములో .. " ఆత్మ అన్నదే సత్యం " అని తెలుసుకున్నాడు. రెండవ జాములో .. " ఆత్మ తన పరిణామంకోసం చేస్తోన్న అనంత యాత్రలో భాగంగానే రకరకాల కర్మఫలితాలను అనుసరించి రకరకాల జన్మలుతీసుకుంటూ సుఖదుఃఖాలను అనుభవిస్తోంది " అని తెలుసుకున్నాడు. మూడవ జాము లో .. " అందుకు నివారణోపాయం .. అష్టాంగ మార్గం " అని కనుగొన్నాడు.

దుఃఖానికి గలకారణాన్నీ మరి దుఃఖనివారణోపాయాన్నీ ఒకే రాత్రిలో కనుగొన్న బుద్ధుడు .. తెల్లవారేసరికి " ఆత్మసూర్యుని " వెలుగులతో కూడిన దివ్యజ్ఞానప్రకాశ సంపన్నుడయ్యాడు !

వెంటనే తాను తెలుసుకున్న సత్యాన్ని " చంద్రవంశదశ " లో ఉండి అనేక రకాల దుఃఖాలకు అనుభవిస్తోన్న మానవాళికి తెలియజేసి .. వారిని కూడా తనలాగే ఆత్మానంద సామ్రాజ్యం అయిన " సూర్యవంశదశ " లోకి తీసుకుని రావడానికై .. ఆనాపానసతి ధ్యానాన్ని ప్రచారం చేస్తూ బయలుదేరాడు !

" సూర్యవంశ దశ "లో " ఆత్మ " .. తన దేహధర్మాలపట్ల " సంసారనిర్వహణ "పట్ల శాస్త్రీయమైన ఎరుకతో వుంటుంది ! ఈ దశలో కూడా అన్ని రకాల మానసిక బంధాలూ - అనుబంధాలూ ఉంటాయి కానీ వాటిపట్ల సదా ముక్తస్థితిలో వుంటాం !

ఒకప్రక్క దేహంతో ప్రాపంచిక వ్యవహారాలను చక్కబెట్టుకుంటూనే మరో ప్రక్క ఆత్మ స్పృహతో పైలోకాలకు అనుసంధానం అయివుంటాం !

చంద్రవంశ దశలో వున్న వారికి జీవితం అన్నది కష్టాలూ-సమస్యలమయంగా మరి " చావు " అన్నది అంధకారమయంగా తోస్తే .. సూర్యవంశదశలు వున్న వారికి జీవితం అన్నది ఒక ఆటలా .. మరి " చావు " అన్నది ఇటు నుంచి అటు వెళ్ళే ఒక సహజ ప్రక్రియలా తెలుస్తుంది.

" నేను కేవలం దేహం మాత్రమే కాదు .. దేహంలో వున్న పరబ్రహ్మను " అని తెలుసుకుని ఆ రకంగా జీవిస్తున్న సూర్యవంశస్థులను చూస్తే .. దేహభ్రమచిత్తులుగా పరిమిత జ్ఞానంతో కూడుకుని ఉన్న చంద్రవంశ దశలో వున్న వారికి కపటంగా కనిపిస్తుంది. చంద్రవంశ దశలో వున్నవాళ్ళు ఈ కైలాసపురికి వచ్చి .. ఇక్కడ జరుగుతూన్న నూతన సృష్టినీ, అద్భుత కార్యక్రమాలనూ మరి ఇక్కడ ఉన్నవాళ్ళంతా హాయిగా ధ్యానం చేసుకోడాన్నీ చూసి విశేషంగా ఆశ్చర్యపోతారు.

అదృష్టం బాగుంటే వారు కూడా ధ్యానం చేసి " ఆత్మసూర్య " తత్త్వాన్ని తెలుసుకుని " సూర్యవంశదశ " లోకి చేరుకుంటారు ! ఆత్మజ్ఞాన సత్యాలను తెలుసుకుని తాము కూడా మరింత సాధన చేసి ఆత్మసూర్యుడిలా వెలిగిపోతారు.

" నక్షత్రవంశ దశ "

సత్యం ప్రకటించబడిన తరువాత స్వయంప్రకాశంతో వెలిగిపోతూన్న సూర్యవంశదశలో " ఆత్మసూర్యులం " అయిన మనం " నేను తెలుసుకున్న సత్యాన్ని అందరికీ అందించాలి " అన్న తపనతో అందరినీ వెతుక్కుంటూ బయలుదేరుతాం. అప్పుడు మనకన్నా ఇంకా బాగా ప్రకాశిస్తున్న ఇతర మాస్టర్లను తెలుసుకుంటాం ! సూర్యుని కంటే కూడా కొన్ని వేల రెట్లు ప్రకాశవంతమయిన " నక్షత్ర వంశీయులు " ఎంతగా సత్యాన్ని ప్రకటితం చేస్తూ వుంటారో .. అంతగా వారి ఆత్మ ప్రకాశిస్తూ వుంటుంది. నక్షత్రం వంశీయులుగా ఉండడం అంటే " గ్రాండ్ మాస్టర్ " పదవిని పొందినట్లే !

మనస్సు యొక్క ఆధీనంలో వున్న చంద్రవంశీయులు " మిస్టర్ "లు .. ఆత్మ సత్యం తెలుసుకున్న సూర్యవంశీయులు " మాస్టర్లు " .. ఆత్మ యొక్క విజయం తెలుసుకున్న నక్షత్రవంశీయులు " గ్రాండ్ మాస్టర్ "లు !

నక్షత్రలోకవంశీయులైన " గ్రాండ్ మాస్టర్లు "గా ఎదిగిన తరువాత మనమంతా ఎప్పుడు కావాలనుకుంటే అప్పుడు మన స్వంత ఇచ్చానుసారం కార్యార్థులమై సూక్ష్మశరీరంతో అనేకానేక లోకాలకు వెళ్ళి వస్తూవుంటాం. అక్కడి జ్ఞానంతో ఇక్కడి లోకకల్యాణ కార్యక్రమాలను సమన్వయ పరుస్తూంటాం. ఈ విశాల విశ్వం అంతా కూడా మన స్వంత కుటుంబంలా యెంచి అంకిత భావంతో సకల కర్తవ్యాలనూ నిర్వహిస్తూ .. ఈ భూమి పై నవ్యయుగ స్థాపనకు కృషి చేస్తూంటాం !

పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ కూడా భూలోకానికి విచ్చేసినటువంటి నక్షత్రవంశీయులైన గ్రాండ్ మాస్టర్స్ ! వారందరి లక్ష్యం ధ్యాన-శాకాహార-అహింసామయ ప్రపంచాన్ని ఆవిష్కరించడం ! విస్తృత పిరమిడ్ నిర్మాణాలు గావిస్తూ ఈ భూమండలాన్ని ప్రకాశింపజేయడం ! వారందరికీ అభినందనలు !

"పిరమిడ్ పార్టీ ఆఫ్ ఇండియా .. నూతన కార్యలయం ప్రారంభోత్సవం"

" పిరమిడ్ పార్టీ అఫ్ ఇండియా " కార్యకర్తల రాష్ట్రస్థాయి విస్తృత సమావేశం ఫిబ్రవరి 20వ తేదీన హైదరాబాద్ .. వనస్థలిపురంలో " 108 పిరమిడ్ ధ్యానకేంద్రం "లో జరిగింది. " పిరమిడ్ పార్టీ ఆఫ్ ఇండియా " వ్యవస్థాపకులు బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ ఆధ్వర్యంలో జరిగిన ఈ సమావేశంలో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా వివిధ ప్రాంతాలనుంచి విచ్చేసిన పిరమిడ్ మాస్టర్లతో ధ్యానం చేయించి " పిరమిడ్ పార్టీ ఆఫ్ ఇండియా " నూతన కార్యాలయంగా 108 పిరమిడ్ కేంద్రాన్ని ఆవిష్కరిస్తూ పత్రీజీ తమ స్ఫూర్తిదాయకమైన సందేశాన్నిచ్చారు !
" ఆత్మజ్ఞానం ఉన్నవారు మాత్రమే ప్రజలకు సుపరిపాలనను అందించగల సమర్థులు ! అటువంటి వారిని మాత్రమే పాలకులుగా ఎన్నుకోవాలంటే ముందు ఓటు హక్కును కలిగి ఉన్న ప్రజలందరూ తప్పక ఆత్మజ్ఞాన పరాయణులై ఉండాలి .. అందుకే ' యథా ప్రజా తథా ప్రజా ' అన్న ఆధ్యాత్మిక సూత్రం ఆధారంగా గత ముప్పై సంవత్సరాలుగా అలుపెరగని ధ్యాన ప్రచారంతో ప్రజలందరినీ ఈ దిశగా చైతన్యపరుస్తోంది. పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ మూవ్‌మెంట్ ! ఈ క్రమంలో భాగంగానే 1994 ఫిబ్రవరి మాసంలో పిరమిడ్ పార్టీ ఆఫ్ ఇండియా ఆవిర్భవించింది.
" సృష్టిలో సగభాగంగా ఉన్న స్త్రీలతో పాటు ఇతర రంగాలకు చెందిన క్రీడాకారులూ, కళాకారులూ సమాజం పట్ల తమ బాధ్యతను గుర్తిస్తూ మరింత విస్తృతంగా రాజకీయాల్లో భాగస్వాములు కావాలి " అన్నది పిరమిడ్ పార్టీ ఆఫ్ ఇండియా లక్ష్యం ! " హింసతో కూడిన ఆహారాన్ని భుజించే వారు హింసాత్మకమైన ఆలోచనలతో కూడి ఉంటారు కనుక ' రామరాజ్యం వంటి పరిపాలనను అందించాల్సిన పాలకులు తప్పనిసరిగా శాకాహారులై ఉండాలి " అన్నది ఆధ్యాత్మిక నియమం ! " కేవలం శాకాహారం మాత్రమే ఈ రోజు ప్రపంచాన్ని సర్వ అనారోగ్యాలు మరి అనర్థాల బారి నుంచి రక్షించగలదు ! "

ఈ భూమిపై జీవించడానికి మనకెంత హక్కు వుందో .. ప్రతి జీవికి కూడా అంతే హక్కు ఉంది కనుక వాటిని చంపితిని వాటి హక్కులకు కాలరాయకూడదు అన్నది పిరమిడ్ పార్టీ ఆఫ్ ఇండియా ముఖ్య సిద్ధాంతం ! సకల జీవులకు వున్న జీవించే హక్కును పరిరక్షిస్తూ రోగరహిత .. కారుణ్య సహిత సమాజ నిర్మాణమే లక్ష్యంగా పిరమిడ్ పార్టీ ఆఫ్ ఇండియా పని చేస్తోంది.

" కర్తవ్య దీక్షాదక్షులై పనిచేస్తూన్న పిరమిడ్ మాస్టర్లు అందరూ 2014 లో రాబోయే సాధారణ ఎన్నికల్లో అన్ని లోకసభ, అసెంబ్లీ స్థానాలకు ఎప్పటిలాగే పిరమిడ్ పార్టీ ఆఫ్ ఇండియా తరపున పోటీచేస్తూ .. ధ్యాన - శాకాహార ప్రచారాన్ని మరింత ముమ్మరం చేయాలి ! పిరమిడ్ పార్టీ ఆఫ్ ఇండియా సిద్ధాంతాలను ప్రతి ఒక్కరికీ చేరవేసి వారిని ఆత్మపరంగా చైతన్యపరచాలి ! "

పిరమిడ్ సూక్తులు"

కూసంత శ్వాస - కొండంత సంజీవిని
నోటి లోని మాటే - నుదుటి మీది వ్రాత
నోటి లోంచి బొగ్గులాంటి మాటలు వస్తే - నుదుటి మీద బొగ్గులాంటి వ్రాతలు.
నోటి లోంచి బంగారు మాటలు వస్తే - నుదుటి మీద బంగారు వ్రాతలు.
నోటి లోంచి వజ్రపు తునకలు వస్తే - నుదుటి మీద వజ్రపు వ్రాతలు.
సకలప్రాణికోటితో మిత్రత్వం - దాని పేరు బుద్ధత్వం.
ఓర్చుకున్నంతే - నేర్చుకున్నంత
నేర్పినంతే - నేర్చుకున్నంత
నేర్చుకున్నంతే - నేర్పు ఉన్నంత
నేర్పు ఉన్నంతే - భాగ్యమంట.
హింస ప్రబలితే - ప్రతి హింస
హంస ప్రబలితే - పరమ హంస.
ధ్యానం అనేది ఒక పుష్పం.
అయితే ధ్యాన ప్రచారం అనేది పుష్పం యొక్క సుగంధం.
సుగంధం లేని పుష్పం పుష్పమా ?
ధ్యాన ప్రచారం లేని ధ్యానం ధ్యానమా ?

భూతకాలం అన్నది వర్తమానాన్ని పీల్చి పిప్పి చేసే ప్రేత పిశాచం.
భూతకాలం వర్తమానంలో తాండవం చేస్తే వర్తమానం నిర్వీర్యం, నిష్ఫలం.
భూతకాలపు ఛాయలు వర్తమానంలో లేకపోతే వర్తమానం సవీర్యం, ఫలవంతం, జయప్రదం.

గతం విగమైతేనే వర్తమానం అవగతమవుతుంది ;
అవగతం అయిన వర్తమానమే బహుమానం.
ఉన్నది అంతా అనుభవించేందుకే,
అనుభవమే జ్ఞానం.
' ఉన్నదంతా ' అంటే?
' ఉన్నదంతా ' అంటే కలిమి గానీ, లేమి గానీ,
మానం కానీ, అవమానం కానీ,
జయం కానీ, అపజయం కానీ,
జరా కానీ, మరణం కానీ.

సకల ప్రాణికోటి తో మిత్రత్వం - దాని పేరు బుద్ధత్వం

" స్పిరిచ్యువల్ సైన్స్ - ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞాన శాస్త్రం "

" మానవ మనస్సు " వేరే .. " మానవ జీవితం " వేరే
" మానవ మనస్సు " చుట్టుప్రక్కల సమాజం నుంచీ మరి చుట్టుప్రక్కల వాతావరణం నుంచీ ఉద్భవిస్తుంది
అంతేకాక అది భౌతికశరీరానికి చెందిన " జ్ఞానేంద్రియాల చక్రం " లో కూడా అధికంగా తిరుగుతూ వుంటుంది
అంటే మనం ఏది ఎక్కువగా చూస్తామో .. ఏది ఎక్కువగా వింటామో ..
ఏది ఎక్కువగా రుచి చూస్తామో .. వాటి చుట్టే మన మనస్సు ఎక్కువగా పరిభ్రమిస్తూ వుంటుంది
అయితే " మానవ జీవితం " మటుకు గత జన్మల కర్మల మూలాల్లోంచి ఉద్భవిస్తుంది
ప్రస్తుత వర్తమాన జీవితం .. గత జన్మల " తరువాతి పుట " యే కనుక
" అంతకు ముందున్న పుటలు " అర్థం కాకపోతే " వర్తమాన పుట " అర్థం కాజాలదు!
" మానవ ఆత్మవత్ - జీవితాన్ని " అర్థం చేసుకుంటేనే " మానవ మనస్సు " మీద ఆధిపత్యం లభిస్తుంది
ప్రతి మానవ జీవితం కూడా ఉపరితల లోకాల్లో ఉన్న ..
ఆత్మతలాల్లో వున్న .. " మూలాత్మ " యొక్క
" మరొక విహారయాత్ర " గా, " మరొక విజ్ఞాన యాత్ర " గా అర్థం చేసుకున్నప్పుడే
మనస్సు యొక్క తీవ్రతర ప్రభావం నుంచి మనం క్షేమంగా, సురక్షితంగా బయటపడగలుగుతాం! వాస్తవానికి
ఇహలోకంలో తాత్కాలికంగా జీవిస్తూన్న " ఆత్మలోకవాసులమే " మనం
వాస్తవానికి ఇహలోకంలో భౌతికకాయంలో నివసిస్తున్న ఒకానొక " సనాతన మూలాత్మ " యే మనం అనేకానేక
జన్మల కర్మల, కర్మఫలాల సంస్కారాల జనిత సంకల్పాల ప్రభావాలతో కూడినదే
" ఈ వర్తమాన జీవితం " రకరకాల వైవిధ్యాలతో నిండి వున్న " మూలాత్మ " యొక్క అసలైన తలాల్లోంచి
ప్రభవించిన ప్రతి వర్తమాన మానవ జీవితం ఒక త్రాసులోనూ ..
మరి మానవుల సగటు సామాజిక, మానసిక సామూహిక క్షేత్రం మరొక త్రాసులోనూ ..
ఈ రెంటికీ మధ్య అంతులేని సమరం!
" మనస్సు " యొక్క రకరకాల సంఘర్షణలలోంచి ..
" మనస్సు " యొక్క నిరంతర ఊగిసలాటలోంచి
ఎగిసిపడుతోన్న ఎడతెరిపి లేని ఉత్తుంగ తరంగాల భీకర సాగర స్థితిలోంచి
క్షేమంగా, సురక్షితంగా బయటపడాలంటే
" మానవ ఆత్మ - జీవితం " గురించి అర్థం చేసుకోవాలి
అందుకుగాను ప్రతి మానవుడు " ఆత్మశాస్త్రం ", ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానశాస్త్రం "
" ధ్యానశాస్త్రం " .. ఇత్యాది గురించి విధిగా తెలుసుకుని తీరవలసిందే!

మన పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ ద్వారా ఆవిర్భవించిన
" జాతీయ ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తల సదస్సు (IFSS) " ద్వారా
" స్పిరిచ్యువల్ సైన్స్ " ను .. " ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రాన్ని " .. మనం దేశవ్యాప్తం, ప్రపంచవ్యాప్తం చేస్తున్నాం
ఈ దిశగా విస్తారంగా పనిచేస్తోన్న మన విశిష్ఠ పిరమిడ్ మాస్టర్‌లకు విశేష అభినందనలు!
ఇప్పటికే అయిదు ప్రపంచ ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తల సదస్సు (GCSS) లను బెంగళూరు, పిరమిడ్ వ్యాలీ, లో నిర్వహించుకున్నాం!

ప్రతి ఒక్కరూ మానవ ఆత్మ- జీవితాన్ని ఇక అవగాహన చేసుకుందురు గాక
ప్రతి ఒక్కరూ మనస్సు మీద విజయాన్ని ఇక పుష్కలంగా పొందుదురు గాక
ప్రతి ప్రాపంచిక మేధావి కూడా ఇక ఒక " స్పిరిచ్యువల్ సైంటిస్ట్ " గా అవుగాక

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సైన్స్ అకాడెమీ"

మన యొక్క "ఉనికి-అస్తిత్వం"లో "సరి అయిన తత్వం" ఉంటుంది .. "సరి కాని తత్వం" కూడా ఉంటుంది
మనతో చేయబడే "పనులు" అంటే కొన్నిసరిఅయిన పద్ధతిలో వుంటాయి .. మరికొన్ని సరికాని పద్ధతిలో వుంటాయి
సరికాని ఉనికినీ, సరికాని పద్ధతులనూ వదిలేయాలి ..
సరి అయిన ఉనికినీ, సరిఅయిన పద్ధతులనూ అనుసరించాలి
అదే "దివ్యజ్ఞాన ప్రకాశం" అంటే
"ఏమిటి"? .. "ఎందుకు?" .. "ఎలా?" .. "ఎప్పుడు?" .. "ఎక్కడ?" అన్న తర్కంతో
జీవితంలోని అన్ని విషయాల పట్ల సంపూర్ణ అవగాహన కలిగి ఉండాలి
"ఏది తప్పు?" .. "ఏది ఒప్పు?"
"ఎలా చెయ్యాలి?" .. "ఎలా చెయ్యకూడదు?"
"ఏది చెయ్యాలి?" .. "ఏది చెయ్యకూడదు"
"ఎందుకు చెయ్యాలి?" .. "ఎందుకు చెయ్యకూడదు?"
"ఎక్కడ చెయ్యాలి?" .. "ఎక్కడ చెయ్యకూడదు?"
వీటన్నింటి పట్ల ఆధ్యాత్మికపరమైన సత్య అవగాహనలు పొందాలి
ఈ సకల అవగాహనలూ .. "ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞాన శాస్త్ర అధ్యయనం" ద్వారానే ఉద్భవిస్తాయి
స్కూళ్ళల్లో పిల్లల తమ విద్యార్థి దశనుంచే సరియైన జీవన విధానాన్ని అలవరచుకుని
సరియైన ఉనికిలోవుంటూ, సరియైన పనులనే చేసేలా చూడాలంటే
ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానశాస్త్రాన్ని మన విద్యావ్యవస్థలో మౌలిక బోధనాంశంగా పొందుపరచాలి.

ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానశాస్త్ర మూల సిద్ధాంతాలతో కూర్చిన బోధనాంశాలను ప్రతి ఒక్క పాఠశాలకూ చేరవేయడానికే పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్, బెంగళూరు, ద్వారా "పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సైన్స్ అకాడెమీ" ఆవిర్భవించింది "శాస్త్రం" అన్నది తర్కంతో కూడిన "కార్య-కారణ సిద్ధాంతం" పై ఆధారపడి వుంటుంది

"A+B" = "C+D" అన్న సిద్ధాంతం ప్రకారమే అంతా జరుగుతూంటుంది

నిర్దిష్టమైన'ఉష్ణోగ్రత' మరి 'పీడన' కారకాల మోతాదుల వల్ల ఒకరకమైన ఫలితం వస్తే..
సదరు 'ఉష్ణోగ్రత' మరి 'పీడన' కారకాల మోతాదులు మారితే మరొక రకమైన ఫలితం సిద్ధిస్తుంది
ఈ విశ్వకారణ-కార్య సిద్ధాంతం శక్తి వినిమయ మూలసూత్రాలకు అనుగుణంగా పనిచేస్తూంటుంది

పదార్థం' అన్నది శక్తి యొక్క 'రూపం' అయితే
'శక్తి' అన్నది సంకల్పం యొక్క 'ప్రతిరూపం' అవుతుంది..
'సంకల్పం' అన్నది చైతన్యం యొక్క 'నిరంతర కార్యక్షేత్రం'
చైతన్యం ఎప్పుడూ 'స్వేచ్ఛ' మరి'ఎంపిక' అనే
శాశ్వత సూత్రాలపై ఆధారపడి పనిచేస్తూ వుంటుంది
'చైతన్యం' అన్నది సదా సంకల్పాలతో కూడిన మనస్సు ద్వారా పదార్థాన్ని సృష్టిస్తూ వుంటుంది

ఈ "ఆత్మవిజ్ఞాన శాశ్త్రం" అనే ప్రాథమిక శాస్త్రం
సకల పాఠశాలల ద్వారా, కళాశాలల ద్వారా విద్యార్థులందరికీ
అందుబాటులోకి రావాలన్నదే "పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సైన్స్ అకాడెమీ" యొక్క ఆకాంక్ష
అప్పుడే.. నవసమాజ నిర్మాణకర్తలైన విద్యార్థులూ, ఉపాధ్యాయులూ మరి మేధావి వర్గం..
అందరిలోనూ సమతుల్యత, సంతోషం, ఆరోగ్యం అన్నవి పరిపూర్ణంగా నెలకొంటాయి!

పిరమిడ్ మాస్టర్లకి జేజేలు

మైడియర్ పిరమిడ్ మాస్టర్స్, అండ్ ఫ్రెండ్స్,
మనభూమి ఓ నూతన శకంలోకి అడుగిడుతోంది.
భూమి ఫోటాన్ బాండ్ లోకి ప్రవేశిస్తోంది. ఫోటాన్ బాండ్ అనేది అత్యున్నత శక్తి ప్రవాహం.
26,000 ల ఏండ్లకోసారి ఫోటాన్ బాండ్ లోకి సౌర వ్యవస్థ యొక్క ఆగమనం సంభవిస్తుంది.

ఈ సారి 1987 వ సంవత్సరం నుండి ఈ అద్భుతం సంభవమవడం ప్రారంభమైంది. ఈ చర్య 2012 వ సంవత్సరాని కల్లా పరిపూర్తి కావడం జరుగుతుంది. ప్రస్తుత సంవత్సరమైన 2004 ఫోటాన్ బాండ్‌లో ఆల్‌రెడీ కొనసాగుతోంది. దాంతో ఈ సరికే అత్యంత శక్తివంతమైన విశ్వకిరణాలతో పృధ్వి మునిగి తేలుతోంది.

వాన కురుస్తున్నప్పుడు చేతిలో పాత్ర వుంటే తప్ప వాన నీటిని పట్టుకోలేం. అసలు వర్షమే లేకపోతే మనం పాత్ర పట్టుకు తిరిగినా ఫలితం శూన్యమే కదా. ప్రతి ఒక్కరూ ధ్యానం అనే పాత్రలో ఆ అపార విశ్వశక్తిపాతాన్ని గ్రోలడానికి సమాయత్తం కావాలి.

ఖాళీ మైండ్ - ఖాళీ కప్పు లాంటిది. అప్పుడే అది విశ్వశక్తిని నింపుకోవడానికి అనువు.
ధ్యానం అంటే మస్తిష్కాన్ని ఖాళీ చేసుకోవడమే.
ప్రస్తుతం భూమ్మీద నూతన శకం అంతా ధ్యానం యొక్క వినూత్న శకమే.
పిరమిడ్ మాస్టర్లు అందరూ ఆ నూతన శకం ముద్దు బిడ్డలే.
పిరమిడ్ అనేది జగత్ వ్యాపితంగా నూతన శకానికి ప్రతీక.

'పిరమిడ్స్' కు జై.
'నూతన శకాని' కి జై
'ధ్యానం' కి జై
'శ్వాస' కి జై.
'ధ్యాన గురువుల' కు జై
'పిరమిడ్ మాస్టర్స్' కి జై.

"3+1=నాలుగు=పిరమిడ్ కోతులు "

మన పెద్దలు మనకు "మూడు కోతులను" ఇచ్చారు
"కళ్ళు మూసుకున్న కోతి" .. "చెవులు మూసుకున్న కోతి" .. "నోరు మూసుకున్న కోతి"
సాధారణంగా అందరూ
"చెడు చూడరాదు" .. "చెడు వినరాదు" .. "చెడు మాట్లాడరాదు"
అని పై సూచనలను అర్థం చేసుకుంటారు
అలాగని మన పెద్దలు మనకు చిన్నప్పుడు చెప్పారు

అయితే, నిజానికి సమగ్ర వ్యాఖ్యానం కాజాలదు
'చెడు' మాత్రమే కాదు .. 'మనకు అనవసరమైనవి' కూడా మనం చూడకూడదు, వినకూడదు
మరి 'ఇతరులకు పనికి రానివీ, ఇతరులకు అనవసరమైనవీ' అస్సలు మాట్లాడకూడదు!
మొదటి కోతి ఏం చెప్తుదంటే "చూడుకూడనివి, అప్రధానమైనవి చూడరాదు" .. "కళ్ళు మూసేసుకోవాలి"
రెండవ కోతి ఏం చెప్తుదంటే "వినకూడనివి, అనవసరమైనవి వినరాదు" .. "చెవులు మూసేసుకోవాలి"
మూడవ కోతి ఏం చెప్తుదంటే "మాట్లాడకూడవిని, మాట్లాడనవసరంలేనివి మాట్లాడరాదు" .."నోరు
మూసేసుకోవాలి"

అసలు .. ఏమిటి అప్రధానమైనవి, చూడకూడనివి??
ఏమిటి అనవసరమైనవి, వినకూడనివి??
ఏమిటి మాట్లాడకూడనివి?!

మన ఆధ్యాత్మిక ప్రగతికి ఎంతమాత్రమూ దోహదపడని దృశ్యాలు మనం ఎంతమాత్రమూ చూడరాదు
మన ఆధ్యాత్మిక ప్రగతికి దోహదపడని విషయాలు మనం అస్సలు వినరాదు
మన ఆధ్యాత్మిక ప్రగతికీ .. మరి ఇతరుల ఆధ్యాత్మిక ప్రగతికీ కూడా
దోహదపడని మాటలు మనం ససేమిరా మాట్లాడరాదు ..

సదా .. ఆధ్యాత్మిక దృష్టితో .. చూడవలసినవే చూడాలి
సదా .. ఆధ్యాత్మిక దృష్టితో .. వినవలసినవే వినాలి
సదా .. ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర పరంగా .. మాట్లాడవలసినవే మాట్లాడాలి
ఇతరత్రా అధికంగా చూడరాదు .. ఇతరత్రా అధికంగా వినరాదు
ఇతరత్రా అధికంగా అస్సలు మాట్లాడరాదు
ఇదీ మన పెద్దలు మనకు ఇచ్చిన "పిరమిడ్ మూడు కోతులు" పూర్ణ గాథ!

అయితే పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ వారు"నాలుగవ కోతి"ని అందిస్తున్నారు!
"నాలుగవ కోతి" ఏం సూచిస్తుందంటే ..
ఇతరుల ఆధ్యాత్మిక ప్రగతికి గానీ .. స్వీయ ఆధ్యాత్మిక పురోగతికి గానీ
దోహదపడని ఆలోచనలను .. సంస్కార రహిత ఆలోచనలను అస్సలు ఆలోచించరాదు!

ఒక్క ఆలోచన కూడా మన "మనస్సు - మస్తిష్కం - మెదడు" నుంచి ఆధ్యాత్మికంగానూ మరి
సర్వకుశలోపరిగానూ లేని ఆలోచన వెలువడరాదు!
ఇదే ఒకానొక యోగీశ్వరుడి యొక్క సహజ స్వభావం!
"నాలుగవ కోతీ" అంటే "అనవసరమైనవి ఆలోచించని కోతి"
నాలుగవ కోతి ="పిరమిడ్ మాస్టర్ అయిన కోతి"

కళ్ళు, చెవులు, నోరు అన్నవి బహిరేంద్రియాలు
బహిరేంద్రియాల మీద నియంత్రణ "మధ్యమ-స్థాయి సాధన" అయితే
మనస్సు మీద, అంతరేంద్రియం మీద నియంత్రణ "ఉత్తమ-స్థాయి-సాధన" అవుతుంది..
"పిరమిడ్ -ఆధ్యాత్మిక-సాధన" అవుతుంది!

మొట్టమొదటి కోతి సరి అయిన విధంగా చూసే కోతి
రెండవ కోతి సరి అయిన విధంగా వినే కోతి
మూడవ కోతి సరి అయిన విధంగా మాట్లాడే కోతి
నాలుగవ కోతి సరి అయిన విధంగా ఆలోచించే కోతి

ఇదే "పిరమిడ్ నాలుగు కోతుల"కథ ...

"పిరమిడ్ జ్ఞాన నవరత్నాలు"

ప్రతి పిరమిడ్ మాస్టర్ కూడానూ ఈ జ్ఞాన నవరత్నాలను ఎప్పుడూ మస్తిష్కంలో ఉంచుకోవాలి. ఒక్క క్షణం కూడానూ ఆ నవరత్నాలను మస్తిష్కంలోంచి జారిపోకూడదు. పిరమిడ్ ధ్యాన ప్రపంచంలో నూతనంగా ప్రవేశించేవారు ఈ యొక్క పిరమిడ్ జ్ఞాన నవరత్నాలను కూలంకషంగా అర్థం చేసుకుంటూ ఉండాలి. రోజు రోజుకీ వాటి యొక్క అవగాహనను అభివృద్ధి చేసుకుంటూ వుండాలి. ఒక్కసారి వాటి యొక్క పూర్తి అవగాహన రాదు.

"తినగ తినగ వేము తియ్యగనుండు; అనగ అనగ రాగము అతిశయిల్లును". అదేవిధంగా ఈ యొక్క మూల సిద్ధాంతాలను గురించి మనం అనేక పుస్తకాల ద్వారా, అనేక ధ్యాన సాధనల ద్వారా, ఎంతో ఆలోచన ద్వారా, అందరి యొక్క అనుభవాలు వినడం ద్వారా ఏదో ఒకరోజు ఆ యొక్క, ఆ ఫిలాసఫీ యొక్క, ఆ పూర్ణ జ్ఞాన ప్రకాశం యొక్క పూర్తి రూపురేఖలు మనకి కూడా అనుభవానికి వస్తాయి. అప్పుడు మనం కూడా ఒక 'పిరమిడ్ మాస్టర్' అయినట్లు.

మెట్టమొదటిది-"నేనే అంతా"

రెండవది -"జీవుడే దేవుడు"

మూడవది -"దేహమే దేవాలయం"

నాల్గవది -"శ్వాసే గురువు"

ఐదవది -"సమయమే సాధన"

ఆరవది -"సహనమే ప్రగతి"

ఏడవది -"అనుభవమే జ్ఞానం"

ఎనిమిదవది -"దానమే ధర్మం"

తొమ్మిదవది -"ధర్మమే పుణ్యం"

" పిరమిడ్ ధ్యానుల 18 ఆదర్శ సూత్రాలు "

1. సరియైన ధ్యానం చేయటం: అందరి చేతా సరియైన ధ్యానాన్నే చేయించడం

మనం ఏది సాధించాలనుకున్నా మనకు ఉండవలసింది దాని మీద పూర్తి అవగాహన ! సరియైన అవగాహనతో చేసే సాధనలోనే పూర్తి ఫలితం దాగి వుంటుంది. " శ్వాస మీద ధ్యాస " ద్వారా " ఆలోచనా రహితస్థితి " ని చేరుకున్న క్షణంతోనే ఆత్మజ్ఞాన ఉషోదయమౌతుంది. " ఇదే సరియైన ధ్యానం " అని శ్వాస మీద ధ్యాస ప్రయత్నం చేసిన ప్రతి ముముక్షువుకూ ... వెంటనే అర్థమయి తీరుతుంది. మరి సత్యం అవగతమైన వెంటనే సమస్త లోకాలకూ విజయ రహస్యం ఎలుగెత్తి చాటాలనిపిస్తుంది. అదే " ధ్యానప్రచారం " పేరుతో ప్రతి పిరమిడ్ మాస్టర్ చేసే పని !

2. సరియైన ఆధ్యాత్మిక పుస్తకాలను చదవడం : అందరిచేతా సరియైన పుస్తకాలనే చదివించడం

" సరియైన ధ్యానం " తో పండిన ధ్యానుల, ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రజ్ఞుల అనుభవసారానికి ప్రతిరూపాలే సరియైన ఆధ్యాత్మిక పుస్తకాలు. పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మాస్టర్లకు ఈ " స్వాధ్యాయం " అన్నది అత్యంత ముఖ్యమైనది. ముఖ్యంగా అనీబీసెంట్, లెడ్‌బీటర్, థియోసోఫికల్ సొసైటీ పుస్తకాలు .. అలాగే మరి లోబ్‌సాంగ్ రాంపా, స్వామి రామా, యోగానంద పరమహంస, ఎక్కిరాల కృష్ణమచార్య, దీపక్ చోప్రా, లిండా గుడ్‌మాన్, షెర్లీ మెక్‌లీన్, జేన్ రాబర్ట్స్, రిచార్డ్ బాక్, కార్లోస్ కాస్టానెడా, రూత్ మాంట్‌గోమెరీ పుస్తకాలు .. ఇంకా ఎందరో, ఎందరో మాహానుభావులు! అందరి ఉద్గ్రంధాలకూ వందనాలు !

మనం స్వయంగా " స్వాధ్యాయ అభ్యాసం " చేస్తూ మరి అందరిచేతా కూడా ఇలాంటి పుస్తకాలనే చదివించాలి. " ఓల్డ్ ఏజ్ మాస్టర్స్ " ను కొంత వదిలిపెట్టేసి " న్యూ ఏజ్ మాస్టర్స్ " పుస్తకాలను మనం కొంత ఎక్కువగా చదవాలి .. చదివించాలి. ఎందుకంటే అధునాతన మాస్టర్లు సనాతన యోగులకన్నా మరింత విస్తృత శాస్త్రీయపరమైన జ్ఞానాన్ని కలిగివున్నవారు కనుక.

3. ధ్యానానుభవాలను పరస్పరం పంచుకోవడం : సజ్జనసాంగత్యం విధిగా చేయడం

" సజ్జన సాంగత్యం " అంటే " సత్యం తెలుసుకున్న మాస్టర్లతో సాంగత్యం ! " ధ్యానంలో రకరకాల ధ్యానానుభవాలు వస్తాయి. శరీరం తేలికగా అయిపోవడం .. శరీరం బరువుగా కావడం .. మరి అనేక రంగులు కనపడడం .. విపరీతమైన వెన్నునొప్పి రావడం .. లోపల ఇంకొక శరీరం ఊగిసలాడుతున్నట్లు అనుభవానికి రావడం .. ఎక్కడికో ఎగిరిపోతున్నట్లు మీకు తెలియడం .. అనేక ప్రకృతి దృశ్యాలు కనపడడం .. కొండలు, కోనలు, లోయలు .. ఆ తరువాత మనకు గురువులు కనబడతారు. మరి ఆ యా గురువులతో మనం సంభాషిస్తాం ; వాళ్ళ దగ్గర ఎన్నో సందేశాలు తీసుకుంటాం .. ఇలాంటి అనుభవాలన్నీ మనకు కలిగితే తోటి ధ్యానులతో పంచుకోవాలి ; తోటి ధ్యానులకు కలిగితే తోటి ధ్యానుల దగ్గర శ్రద్ధగా కూర్చుని ఆ యా అనుభవాలను వినాలి.

అంతేకాకుండా ఈ యొక్క ధ్యానసాధన ద్వారా సీనియర్ ధ్యానులు వాళ్ళు వాళ్ళ జీవితాలలో ఎలాంటి పెను మార్పులు సాధించారో .. మరి మందులు ఎలా ఎలా మానేశారో .. మరి జీవితాలలో చెడు అలవాట్లు ఎలా ఎలా పోయాయో .. మరి మంచి దృక్పథాలు ఎలా ఎలా వచ్చాయో .. వారి జీవిత గమ్యం ఎలా సుగమమైందీ .. ఈ విధంగా వారి యొక్క జీవన క్రియలో, జీవితంలో కలిగిన మౌలికమైన మార్పుల గురించి కూడా మనం వినడం .. దాన్నే " సజ్జనసాంగత్యం " అంటాం.

ధ్యానం ఎంత ముఖ్యమో .. " స్వాధ్యాయం " ఎంత ముఖ్యమో .. " సజ్జనసాంగత్యం " అన్నదీ అంతే.

4. వీలయినంత వరకూ మౌనాన్ని అలవరచుకోవడం : ప్రజల్పరాహిత్యం అన్న దానిని అభ్యసించడం

అందరూ విధిగా మౌన సాధన చేయాలి. ధ్యాన సాధన అన్నది ఎలాగో .. " మౌన సాధన " అన్నది కూడానూ అలాగే మౌలికం. వారానికి ఒక రోజో, రెండు రోజులో, రోజుకి రెండు గంటలో మూడు గంటలో నాలుగు గంటలో మౌనదీక్ష వహించాలి. మౌనం గురించి .. మౌనంగా వుంటేనే తెలుసుకుంటాం. ధ్యానం గురించి ధ్యానం చేస్తేనే తెలుసుకుంటాం.

మౌనంలో అపారమైన శక్తి మనకు ఆదా అవుతుంది. మౌనం చేసినప్పుడు తెలుస్తుంది మనం మామూలుగా మాట్లాడుతున్నప్పుడు ఎన్ని వృథా మాటలు మాట్లాడుతున్నామో !

" ప్రజల్పం " అంటే " పనికిరాని మాటలు మాట్లాడటం " .. " ఉబుసుపోక కబుర్లతో సమయాన్ని వృథా చేయడం " మరి " ప్రజల్ప రాహిత్యం " అన్నది పిరమిడ్ మాస్టర్లకు చాలా చాలా ప్రధానమైన విషయం.

5. పౌర్ణమి రోజుల్లో విశేషంగా ధ్యానం చేయడం

ధ్యానులకు ప్రతి పౌర్ణమి కూడా ఒక ఖగోళవింత! మన భూమిమీదకు విశ్వశక్తి తీవ్రతలు విపరీతంగా ఉండే పౌర్ణమి రోజులను ధ్యానం కోసం విశేషంగా వినియోగించుకోవాలి ; విశేషమైన, ధ్యాన అనుభవాలను సొంతం చేసుకోవాలి. పౌర్ణమి రాత్రుల్లో ఎవ్వరూ ఇళ్ళల్లో వుండకూడదు .. ఎవ్వరూ నగరాల్లో ఉండకూడదు .. నగరం బయటికి పోవాలి .. చక్కగా ప్రకృతితో సామీప్యం చేయాలి .. అక్కడ అద్భుతమైన ధ్యానం చేయాలి .. పౌర్ణమిధ్యానం మూడింతలు అధికంగా శక్తివంతమయిన ధ్యానం.

6. వీలయినప్పుడల్లా ' పిరమిడ్ శక్తి ' ని ధ్యానం కోసం వినియోగించుకోవడం

ప్రతి ఒక్కరిలోనూ దాగివిన్న అద్వితీయ శక్తులను బయల్పరచడానికి " పిరమిడ్ " అసలైన ఉత్ప్రేరకంగా ఉపకరిస్తుంది. ధ్యానంలో ఉన్నతస్థాయికి చేరుకోవాలని అనుకునే ప్రతివారూ పిరమిడ్‌ను పరిశోధనాత్మకంగా పరిశీలించి దాని అవసరాన్ని సంపూర్ణంగా గుర్తించాలి.

" గ్రేట్ పిరమిడ్ " అనేది ఈజిప్ట్‌లో ఇతరగ్రహాంతర వాసులు .. సుమారు 10,000 సంవత్సరాల క్రింద కన్నా పూర్వమే .. ధ్యానం కోసమే కట్టించారు ! కర్నూలు " బుద్ధా పిరమిడ్ ధ్యానకేంద్రం " అన్నది మొట్టమొదటి భారతదేశపు పిరమిడ్ ధ్యాన కేంద్రం ! ఇప్పుడు ఎన్నో పిరమిడ్ ధ్యానకేంద్రాలు వచ్చాయి. మరి పిరమిడ్‌లను టోపీల్లా చేసుకుని మనం ధ్యానం చేసుకోవచ్చు. అలాగే ఇళ్ళపై " రూఫ్ టాప్ " లో మనం పిరమిడ్ లను కట్టుకోవచ్చు. ఇక రాబోయే కాలాల్లో ఎక్కడ చూసినా పిరమిడ్లే వుంటాయి ! ఎంత తొందరగా " పిరమిడ్ సంస్కృతి " లో ప్రవేశిస్తే అంత తొందరగా మనం అసలు సిసలైన ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రజ్ఞులమవుతాం!

7.అల్లోపతి మందులు ఏ మాత్రం వాడకపోవడం: వాటిని పూర్తిగా వ్యతిరేకించడం

ఏదైనా రోగం వస్తే ఎవరికి వారు తమ స్వంత ఆత్మశక్తిని ఉపయోగించే నయం చేసుకోవాలి. ఏ శారీరక సమస్యనైనా మన అంతర్ జ్ఞానాన్ని అనుసరించి నయం చేసుకునే నైపుణ్యం కలిగి ఉన్నప్పుడు మందుల మీద .. అదీ .. అల్లోపతి మందుల మీద .. ధ్యానులు అయినవారు అస్సలు ఆధారపడరు !

ప్రతి చిన్న సమస్యకూ ... డాక్టర్ల మీదా .. మందుల మీదా ఆధారపడకుండా తమ " స్వంతధ్యానశక్తి " మీద నమ్మకం వుంచేలా తమ తోటి వారిని తీర్చిదిద్దడమన్నది నిజమైన సామాజిక సేవ ! ఆ సేవలో పిరమిడ్ మాస్టర్లు పరమ నిష్ణాతులు !

8. ఏ మాత్రం మాంసం తినక పోవడం : దానిని పూర్తిగా వ్యతిరేకించడం

శాకాహారి కాకుండా ఎవ్వరూ " మానవత్వం వున్న మానవుడు " కాలేరు ! కనుక శాకాహారి కావడమనేది చాలా మౌలికమైన సూత్రం. " గ్రుడ్లు శాకాహారమా? లేక మాంసాహారమా? " అని అడుగుతారు. మొక్కల నుంచి వచ్చేదైతే అది శాకాహారం, జంతువుల నుంచి వచ్చేదైతే అది మాంసాహారం ! కనుక గ్రుడ్లు సుతరామూ పనికిరావు!

ఏ జంతువూ మానవుల కోసం పుట్టలేదు! ప్రతి జంతువూ తన కోసమే, తన స్వంత కళ్యాణం కోసమే పుడ్తుంది ! దాని కళ్యాణాన్ని పరిరక్షించడమే మానవుడి యొక్క అసలైన బాధ్యత! మానవులు బుద్ధిమంతులైనప్పుడు మరి తమ చిన్నతమ్ముళ్ళైన .. పక్షి సామ్రాజ్యాన్నీ, మత్స్యసామ్రాజ్యాన్నీ .. జంతు సామ్రాజ్యాన్నీ పరిరక్షించడమే మానవ సామ్రాజ్యం యొక్క ప్రధాన కర్తవ్యం. అంతేకానీ జంతుసామ్రాజ్యాన్ని భక్షించడం తగదు.

కూరగాయలను, పళ్ళ చెట్లను బాగా పెంచుతూ, శాకాహారాన్నే స్వీకరిస్తూ .. జంతువులను పరిరక్షిస్తూ, జంతువులతో ఆడుకుంటూ .. మరి ఆ విధంగా వుండడమే మానవాళి యొక్క సౌభాగ్యానికీ, కళ్యాణానికీ మూలకారణం అవుతుంది.

9. ప్రకృతితో సహజీవనం గడుపుతూ వుండడం: అడవుల్లో ట్రెక్కింగ్‌లు చేస్తూ వుండడం

" పురుషుడు ", " ప్రకృతి " .. రెండు మౌలిక సత్యాలు. ప్రకృతితో కలయిక పురుషుడికి పరమశక్తిదాయకం! పురుషుడిలో " నేను " అనేది వుండడం వలన ప్రకృతితో తాదాత్మ్యం చెందకుండా వుంటాడు. " నేను " అనేది పోగొట్టుకోవడం ద్వారా మాత్రమే అతడు ప్రకృతిలో లీనం అవుతాడు. ఇంకోవిధంగా చెప్పాలంటే ప్రకృతిలో అంతగా " నేను " ని పోగొట్టుకుంటాడు. కనుక, ధ్యానులందరూ అడవులలో, కొండచరియలలో, పర్వతసానువులలో వీలయినంత ఎక్కువగా జీవించడం నేర్చుకోవాలి. ఆ విధంగా " ట్రెక్కింగ్ " అన్నది చాలా ముఖ్యమయిన విషయం.

10. ప్రత్యేక వేషధారణ అన్నది లేకపోవడం : కర్మకాండలు చేయకపోవడం

ఆధ్యాత్మికత కోసం " కాషాయం లేదా తెల్లని దుస్తులు లేదా ' ఫలానా ' దుస్తులు ధరించడం " అన్న సాంప్రదాయాలు ఆధ్యాత్మిక సాంఘిక జీవనవిధానంలో వ్యర్థపోకడలు!

ఆధ్యాత్మిక జీవనానికీ, సామాన్య ప్రజానీకానికీ మధ్య అగాధాలు ఏర్పడడానికి కారణం ఇలాంటి అశాస్త్రీయ, అర్థరహిత సాంప్రదాయాలే. ఒక వ్యక్తి ' తన ' ను తాను తెలుసుకునే ప్రక్రియలో నేను ' ఫలానా ' అని అందరికీ తెలియపరచనవసరం లేదు! " వ్యక్తిగతమైన సాధన " అవసరం - " సంఘానికి వ్యక్తపరచడం " అనవసరం ! ధ్యానులు సాధారణమైన జీవితం గడుపుతూనే సమాజానికి ఆదర్శంగా నిలుస్తారు. వీరికి ఎలాంటి ' వేషం ' అవసరం లేదు.

ఇక " కర్మకాండ " అన్నది .. చనిపోయిన తరువాత చనిపోయిన వాళ్ళేదో " అశాంతి " గా ఉన్నారని చెప్పేసి మనం ఇక్కడేదేదో చేసేస్తూంటాం. వాళ్ళు అశాంతిగా ఉన్నారో లేక శాంతిగా ఉన్నారో మనకేం తెలుసు?! మనకేమి తెలియదు. ఒకవేళ వాళ్ళు అశాంతిగా ఉన్నా ఇక్కడేం చేసినా వాళ్ళకేం చెందదు అది ! ఈ కర్మకాండ అంతా కూడా నూటికి తొంభై తొమ్మిదిపాళ్ళు వ్యాపారం. కనుక దీన్ని రూపుమాపాలి. అందుకోసమే పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ యొక్క ఆవిర్భావం, అవతరణ జరిగింది !

11. చిన్న వయస్సు నుండే ప్రతి ఒక్కరికీ ధ్యానశిక్షణ ఇవ్వడం

మొక్కై వంగనిది మ్రానై వంగదు కదా ! చిన్న పిల్లలకు చిన్నప్పటి నుంచే ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర, ఆధ్యాత్మిక అభ్యాస క్రమశిక్షణను మనం ప్రసాదించాలి ; అప్పుడే ప్రపంచమంతా బాగుపడుతుంది.

చిన్నప్పటినుంచే అందరికీ ఈ " ధ్యాన అభ్యాసం " .. " మౌన అభ్యాసం " .. " స్వాధ్యాయ అభ్యాసం " .. " సజ్జన సాంగత్య అభ్యాసం " ప్రశిక్షణలు మొదలుపెట్టాలి.

శ్రీ ఆంజనేయస్వామి తల్లి అయిన అంజనాదేవి రెండేళ్ళకే .. ఆంజనేయస్వామికి ధ్యాన శిక్షణ మొదలుపెట్టింది. ప్రతి స్కూలు లోనూ, ప్రతి కాలేజీ లోనూ ధ్యానశిక్షణ విధిగా వుండాలి. ప్రతి స్కూలులోనూ, ప్రతి కాలేజీలోనూ " ఆధ్యాత్మికశాస్త్రం" .. " స్పిరిచ్యువల్‌సైన్స్ " .. అన్నది ఒక తప్పనిసరి అధ్యయనా విషయంగా ఉండాలి.

12. ' శిష్యరికం ' అన్నది లేకుండా అందరూ ' మాస్టర్లు ' గా విలసిల్లడం

నేర్చుకోదగిన వారితో నేర్చుకోవలసినదంతా నేర్చుకోవాలి! నేర్చుకోవాలనుకునే వారికి నేర్చుకోవలసింది నేర్పించడం ఎలాగో నేర్చుకోవాలి. నేర్చుకోలేనివారికి మెల్లిమెల్లిగా వారు నేర్చుకునేలా నేర్పించడం ఎలాగో నేర్చుకోవాలి. నేర్చుకున్నామనుకునే వారికి .. నేర్చుకోవలసింది ఇంకా ఉందని నేర్పించడం ఎలాగో నేర్చుకోవాలి.

ఒకరు నేర్చుకోవడంలో " మాస్టర్ " అయితే ఇంకొకరు నేర్పించడంలో " మాస్టర్ " అవుతారు. " గురు-శిష్య " సంబంధాల్లో పక్షపాతాలు, ఈర్ష్యలూ చోటుచేసుకుంటాయి. అయితే " మాస్టర్-మాస్టర్ " సంబంధాల్లో ఇచ్చిపుచ్చుకోవడాలు వుంటాయి. మైత్రీభావం వుంటుంది ; సమైఖ్యభావం వుంటుంది.

13. ధ్యాన శిక్షణా కార్యక్రమాలు ఎప్పుడూ నిశ్శుల్కమే, ఉచితమే

ఎవరి సామాన్య సాధారణ వృత్తుల్లో వాళ్ళుండి ఎవరి జీవన భృతి వాళ్ళు సంపాయించుకుంటూ, మరి " ధ్యానం " అన్నది మాత్రం ఉచితంగా నేర్పించాలి!

" కట్టెలు కొట్టుకుని బ్రతకాలి .. ధ్యానం నేర్పించాలి " ; " భిక్షం ఎత్తుకోవాలి .. ధ్యానం నేర్పించాలి " ; గౌతమ బుద్ధుడు భిక్ష మెత్తుకున్నాడు. అన్నం పెట్టమని అడిగాడు ; తానూ తిన్నాడు ; శరీరానికి అన్నం కావాలి మరి. ఆత్మకు కావలసిన ధ్యాన విధానం అందరికీ బోధించాడు ; తన శరీరానికి కావలసిన రెండు మెతుకులూ అడుక్కున్నాడు.

ధ్యాన శిక్షణలో పైకం ససేమిరా తిసుకోకూడదు

14. విగ్రహారాధన తగదు : దేవాలయాలను ధ్యానాలయాలుగా మార్చడం

" మూర్తి పూజ మెట్టు కాదు అగడ్త " అన్నారు ఆర్య సమాజ స్థాపకులు స్వామి దయానంద సరస్వతి. కనుక ఈ విగ్రహారాధన, వ్యక్తి యొక్క ఆరాధన, వ్యక్తి కాళ్ళకు మొక్కడాలు ... ఇవన్నీ కూడానూ ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర పరంగా వ్యర్థపు చేష్టలు. అలాగే " గురువుల ఆశీర్వాదం పొందడం " అని చెప్పేసి .. కాళ్ళు కడిగి ఆ నీళ్ళు నెత్తిమీద పోసుకోవడం అనేది ... ఎంతైనా అనారోగ్యకరమైన విషయం. ఇలాంటి కర్మకాండలన్నీ విసర్జించాలి ; దేవాలయాల్లో విధిగా ధ్యానవిధ్యను ప్రబోధించాలి. " ధ్యానవిద్య " మాత్రమే " దైవవిద్య " అనబడుతుంది .. దేవాలయాలన్నీ ధ్యానవిద్యాలయాలు అవ్వాలి.

15. ధ్యానశక్తితో ఎవరి జీవన సమస్యలను వారే పరిష్కరించుకోవడం

ఎవరి సమస్యలను వారే పరిష్కరించుకోవాలి ! మరి ధ్యానం ద్వారా, స్వాధ్యాయం ద్వారా, మరి సజ్జన సాంగత్యం ద్వారా అపారమైన శక్తి మనకు వుంది అని తెలుసుకుంటే మన సమస్యలను మనమే పరిష్కరించుకుంటాం. పై లోక వాసులెవ్వరూ మన సమస్యలను పరిష్కరించరు ! మన సమస్యలను మనమే పరిష్కరించుకోవాలి! అంత శక్తి వుంది మన దగ్గర ! అనంతమైన శక్తి మన దగ్గర వుంది !

16. సాధారణ వృత్తులలో వుంటూ మహత్తరమైన గృహస్థ జీవితాన్ని గడపడం

... ఎవ్వరూ సన్యాసాశ్రమం తీసుకోకూడదు ! సృష్టి యొక్క అద్భుతాలనూ, విచిత్రాలనూ, మరి అందాలనూ తెలుసుకుంటూ .. అందరూ గృహస్థులుగా వుండాలి! మన గృహస్థ జీవితాన్ని, మన యొక్క జీవితాన్ని .. అంటే ఆ స్వంత ‘ ఆడ ’, ‘ మగ ’ జీవితాన్ని .. చక్కగా అనుభవించాలి. కామి గాని వాడు మోక్ష గామి కాలేదు కదా!

17. ప్రతి పట్టణంలోనూ, పల్లెలోనూ పిరమిడ్ ధ్యాన కేంద్రాలను నెలకొల్పడం

సృష్టిలో ప్రతి జీవీ ప్రదర్శించే అద్భుతమైన కళ .. " పరస్పరం తమకున్నది పంచుకోవడం ? " .. పంచే గుణమే లేకపోతే ప్రపంచమే శూన్యం !

ధ్యానం చేయకపోతే " రోగం " .. ధ్యానం చేస్తే " భోగం " .. రోగమయ జీవితానికి తిలోదకాలు ఇచ్చి భోగమయ జీవితాన్ని అందుకోవాలి. భోగమయ జీవితం నుంచి ‘ వైభోగ ’ మయ జీవితాన్ని అందుకోవాలి. " వైభోగం " అందుకోవాలంటే విశేషంగా ధ్యానప్రచారం చేయాలి .. " ధ్యాన జీవితం " అందరికీ పంచితే " వైభోగం " ! కాబట్టి ప్రతి పట్టణంలోనూ, పల్లెలోనూ పిరమిడ్ ధ్యానకేంద్రాలను విరివిగా నెలకొల్పాలి ; ఇది ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యత.

18. స్వీయ ధ్యానానుభవాలనూ, ఇతర ఆధ్యాత్మిక విశేషాలనూ పుస్తకాల రూపంలో ప్రచురించడం

ప్రతి ఒక్కరూ కూడానూ వాళ్ళ వాళ్ళ ధ్యానానుభవాలను గ్రంథస్థం చేయాలి ; స్వీయ అనుభవాలను వ్రాయాలి, వ్రాసి ప్రచురించాలి ; కరపత్రాలు ముద్రించాలి. సర్ ఫ్రాన్సిస్ బేకన్ ఏం చెప్పరంటే, " Reading maketh a full man .. conference a ready man .. and writing an exact man " .. కనుక, పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ విధిగా వారి వారి అనుభవాలను వ్రాసి ప్రచురిస్తూ ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానాన్ని త్వరగతిలో వ్యాపింపచేయాలి.

" పిరమిడ్ అష్టాంగ యోగ క్రమం "

1. ఆసనం 4. ధారణ 7. యమం

2. ప్రాణాయామం 5. ధ్యానం 8. నియమం

3. ప్రత్యాహారం 6. సమాధి

ఆసనం

" స్థిర సుఖం ఆసనం "

స్థిరమైన, సుఖదాయకమైన ఆసనాన్ని గ్రహించటం ;

కళ్ళు మూసుకోవడం ; చేతివ్రేళ్ళు కలిపి పెట్టుకోవడం

ప్రత్యాహారం

మనస్సు శూన్యం కాగా, ప్రాణమయకోశంలోకి

విశ్వమయప్రాణశక్తి ప్రవహిస్తూ వుంటుంది ;

తద్వారా జరిగే నాడీమండలశుద్ధిని గమనిస్తూ వుండడం

ధ్యానం

క్రమక్రమంగా సూక్ష్మశరీరం విడివడడం గమనిస్తాం ;

గాఢ ధ్యాన అవస్థలలో కారణశరీరం కూడా విడిపడుతుంది ;

ఆ యా లోకాలు అనుభూతమవుతూంటాయి

ప్రాణాయామం

సహజ ఉచ్ఛ్వాస, నిశ్వాసలను

ప్రశాంతంగా గమనిస్తూ వుండడం ; కుంభకం కూడదు ;

చిత్తవృత్తులు శూన్యం అవుతూండడం గమనించడం

ధారణ

విశ్వమయప్రాణశక్తి ప్రవాహంతో పాటు

అంతర్ముఖంగా దివ్యచక్షువుతో అనుభూతమౌతున్న

అనుభవాలను శ్రద్ధగా గమనించటం, ఆస్వాదించటం

సమాధి

దీర్ఘకాల సూక్ష్మశరీర, కారణశరీర యానాల ద్వారా

ఆత్మయుత సమాధానాలన్నింటినీ పొందగలగడం

సవికల్ప నిర్వికల్ప సమాధి స్థితులను పొందడం

" యోగః చిత్తవృత్తి నిరోధః "

సవికల్ప సమాధి	నిర్వికల్ప సమాధి
ఆధ్యాత్మికమైన ప్రశ్నలన్నింటికీ	ఆధ్యాత్మికమైన ప్రశ్నలన్నింటికీ
అంతరాత్మ నుంచి సమాధానాలు కొద్దికొద్దిగా	అంతరాత్మ నుంచి సమాధానాలు సంపూర్ణంగా
పొందుతున్న స్థితి	లభ్యమైన స్థితి

" పిరమిడ్ అష్టాంగ ధ్యానయోగ క్రమం "

" యోగం "" యోగం " అంటే " కలయిక ".

" యుంజతే ఇతి యోగః " అని పెద్దలు చెప్పినట్లు .. ఏదైనా ఒకటి మరికదానిని కలిస్తే అది " యోగం " అవుతుంది.
ఒక స్త్రీ, మరొక పురుషుడు పెళ్ళి చేసుకుని జీవితాంతం కలిసి వుంటే దానిని " వివాహయోగం " మరి " సంసారయోగం " అంటాం. ఏదేని ఒక వాహనాన్ని మనం స్వంతం చేసుకుని దానితో కలిసివుంటే " వాహనయోగం " అనీ .. మరి మన అభిరుచికి తగిన గృహాన్ని నిర్మించుకుని అందులో నివసిస్తూంటే " గృహయోగం " అనీ వింటూంటాం !

" యోగం " అనేది సుఖానికి దారి ! మరి తద్విరుద్ధమైనది దుఃఖానికి దారి !
" యోగం " అన్నది ఎక్కడ వుండదో అక్కడ " వియోగం " వుంటుంది .. మరి అది దుఃఖానికి దారి అని తెలుసుకోవాలి. ప్రపంచంలో ఉన్న అనేకరకాలైన యోగాలలో .. మన జీవితానికి ఎంతో అవసరమైన అతి ముఖ్యమైన కొన్ని యోగాలను గురించి తెలుసుకుందాం :

" హఠయోగం "

" హఠయోగం " అంటే మన భౌతిక శరీరంతో మనం ఏకమై ఉండటం. అనేక రకాల ఆసనాల్లో, ముద్రల్లో, మన శరీరంతో మనం ఏకమై ఉండటమే హఠయోగం ! హఠయోగం వల్ల శరీరానికి ఉన్న తమోగుణం వదిలిపోయి, మన శరీరానికి ఎన్నో లాభాలు చేకూరి శరీరం చురుకుగా మరి ఆరోగ్యవంతంగా కాంతులీనుతూవుంటుంది.

" నాదయోగం "

" నాదయోగం " అంటే .. చక్కటి సంగీతంతో మనం ఏకమైపోవడం .. మరి సంగీత రసాస్వాదంలో లీనమైపోవడం

" జ్ఞానయోగం "

" జ్ఞానయోగం " అంటే .. మహత్తరమైన ఆత్మజ్ఞాన పుస్తకాలలో వుండే జ్ఞానంతో ఏకమై ఉండడం! భగవద్గీత కానీ, పతంజలి యోగా సూత్రాలు కానీ చదువుతూన్నప్పుడు లేదా ఇతరుల ద్వారా వింటూన్నప్పుడు అందులోని జ్ఞానంతో మనం పూర్తిగా సమ్మిళితమై వుంటే .. అదే జ్ఞానయోగం !

" కర్మయోగం "

" కర్మయోగం " అంటే మనం చేసే కర్మలతో మనం పూర్తిగా ఏకమై వుండడం. ఒకానొక విద్యార్థి చదువుకుంటున్నప్పుడు చదువుతోనే ఏకమై ఉండాలి .. మరి భోజనం చేసేటప్పుడు ఆ ప్రక్రియతోనే ఏకమై ఉండాలి. ఏదైనా నేర్చుకునేటప్పుడు నేర్చుకునే ప్రక్రియతో ఏకమై .. ఆ యా క్రియలతో, కర్మలతో పూర్తిగా లీనమై వుండటమే " కర్మయోగం ". " యోగః కర్మసు కౌశలం " అని భగవద్గీత లో శ్రీ కృష్ణపరమాత్మ అన్నారు కనుక .. చేసే కర్మలలో ఏకమై .. మన పూర్తి కౌశలాన్ని చూపించడమే .. " కర్మయోగం ".

" భక్తియోగం "

" స్వస్వరూపానుసంధానం భక్తిరిత్యభిధీయతే "" స్వస్వరూపానుసంధానమే ' భక్తి ' అనబడుతుంది " " భక్తియోగం " అంటే పూజలు చేస్తూ ఉండటమే కాదు ! సకలచరాచరసృష్టితో ఏకమై వుండటమే భక్తి. భక్తియోగం అన్నది మనిషి యొక్క ఆత్మపరిణామక్రమంలో చరమదశ ! ఆ చరమదశకు రావాలంటే మిగతా యోగాలు అన్నింటినీ మనం క్రమక్రమంగా సాధన చేసి .. మనం సిద్ధులం అవ్వాలి.

అప్పుడే " నేనే అంతా " అన్న భక్తి స్వరూపం యొక్క విశ్వరూపం మనకు తెలుస్తుంది. అంతేకానీ గుడిలో గంట కొడ్తూ, హారతి ఇస్తూ .. నైవేద్యాలు సమర్పిస్తూ పూజల పేరిట రకరకాల పూలను చెట్లనుంచి బలవంతంగా త్రుంపి " దేవుడిని " అలంకరిస్తూ .. దాంతో ఏకమై వుండటం .. " భక్తియోగం " ఎప్పటికీ కాజాలదు !

" రాజయోగం "

యోగాలన్నింటిలోనూ ముఖ్యమైంది " రాజయోగం " రాజయోగంలో మనం మన యొక్క అంతరంగంలో నిక్షిప్తం అయివున్న మన స్వంత ఉత్కృష్టమైన అతీంద్రియ శక్తులతో ఏకమైవుంటాం ! మన దివ్యచక్షువుతో మనం ఏకమైవుంటాం. మన సూక్ష్మశరీరం, కారణశరీరంతోపాటు ఇతర శరీరాలతో మనం ఏకమైవుంటాం !

భౌతిక శరీరంతో ఏకమై వుండటం " హఠయోగం "; మరి మన సూక్ష్మశరీరం, కారణశరీరం, మహాకారణ శరీరాలతో ఏకమైవుండి వాటికి సంబంధించిన ఉన్నతమైన లోకాలలో మనం విహరిస్తూ వుండటమే " రాజయోగం ".

భారతదేశ స్వాతంత్ర్యం అనగానే మనకు " మహాత్మగాంధీ " స్ఫురించినట్లు .. ధ్యానం, రాజయోగం అనగానే మనకు " పతంజలి మహర్షి " స్ఫురిస్తారు. కనుక పతంజలి వారు చెప్పిన అష్టాంగ రాజయోగ మార్గం మనం క్షుణ్ణంగా తెలుసుకుందాం.

" పతంజలి మహర్షి .. అష్టాంగ రాజయోగమార్గం "

" అష్టాంగం " అంటే .. ఎనిమిది అంగాలు ! అవి వరుసగా ' యమం ' .. ' నియమం ' .. ' ఆసనం ' .. ' ప్రాణాయామం ' .. ' ప్రత్యాహారం ' .. ' ధారణ ' .. ' ధ్యానం ' .. ' సమాధి '.

అయితే ఆచరణయోగ్యమైన శాస్త్ర విధానాన్ని అనుసరించి పతంజలి వారి అష్టాంగమార్గ క్రమాన్ని కొంత స్వల్ప మార్పుతో " పిరమిడ్ అష్టాంగ ధ్యానయోగ క్రమం " గా రూపొందించడం అయ్యింది. దీని ప్రకారం మొట్టమొదటి " ఆసనం " .. రెండవది " ప్రాణాయమం " .. మూడవది " ప్రత్యాహారం " .. నాలుగవది " ధారణ " .. ఐదవది " ధ్యానం " .. ఆరవది " సమాధి " .. ఏడవది " యమం " .. ఎనిమిదవది " నియమం ".

" పిరమిడ్ అష్టాంగ ధ్యానయోగ క్రమం " లోని ఈ క్రొత్త పంథా అత్యంత శాస్త్రీయంగా మరి ప్రతిఒక్కరికీ ఆచరణ సాధ్యంగా వుంటుంది.

" మన దగ్గర దుర్గుణాలు వుంటే మనం ధ్యానం చేయకూడదు ; రాజయోగం చేయకూడదు " అనేది చాలా మందికి వున్న అపోహ .. మరి అది ఎంతో హాస్యాస్పదమైన విషయం. మనిషి ఏ స్థితిలో వున్నా సరే .. ఎలాంటి హీన చరిత్రను కలిగి వున్నా సరే .. అతడు వెంటనే రాజయోగానికి ఉపక్రమించాలి. రోగి కాని వాడికి డాక్టర్ అవసరం మరి ఔషధం అవసరం లేనట్లే .. మన దగ్గర సుగుణాలు వుంటే రాజయోగం అభ్యాసం చెయ్యాల్సిన అవసరమే లేదు ! కనుక అవలక్షణాలు అన్నీ వున్న వాడే తక్షణం రాజయోగం మొదలుపెట్టాలి .. మరి ధ్యానయోగంలో సిద్ధహస్తుడైన తరువాత వాడికి యమ, నియమాలు వాటంతట అవే సంక్రమించి అతడిని ఒక ఉన్నతమైన వ్యక్తిత్వం కలవాడిగా నిలబెడతాయి ! కనుక మనం " పిరమిడ్ అష్టాంగ ధ్యానయోగ క్రమం " గురించి క్షుణ్ణంగా తెలుసుకుందాం !

" ఆసనం "

ప్రప్రథమంగా, మొట్టమొదట్లో మనం చేపట్టవలసింది " ఆసనం ".

పతంజలి వారు .. " స్థిర సుఖ ఆసనం " అన్నారు. ఏ ఆసనమైనా చక్కగా, స్థిరంగా వుండాలి .. మరి అది చాలా సుఖంగా వుండాలి ! అరగంట, రెండు గంటల సేపైనా మనం చక్కగా కూర్చోగలిగి వుండాలి .. దీనినే " ఆసనసిద్ధి " అంటాం. ఈ ఆసనసిద్ధి అనేది చాలామందికి వెంటనే రాదు .. సాధన చేస్తూంటే మెల్లి మెల్లిగా వస్తుంది ! కనీసం మూడు గంటలైనా ఏ మాత్రం కదలకుండా ఏదో ఒక ఆసనంలో వుండగలిగితే దానిని " ఆసనజయం " అంటారు.

" ప్రాణాయామం "

" ప్రాణాయామం " అంటే " శ్వాస మీద ధ్యాస " కూర్చున్న తర్వాత చక్కగా చేతులు కలిపి పట్టుకోవాలి ; కళ్ళు రెండూ మూసుకోవాలి ; అతి సహజంగా జరుగుతోన్న మన శ్వాస మీద ధ్యాసను ఉంచాలి !

ఇలా హాయిగా ఏ మాత్రం ఘర్షణ అన్నది లేకుండా సహజంగా జరిగే శ్వాసను గమనిస్తూ ఉండడాన్ని " సుఖమయ ప్రాణాయామం " అంటాం. ఇందులో ' కుంభకం ' అంటే గట్టిగా గాలిని లోపల బిగపట్టడం అన్నది ఉండదు. అలాగే ' రేచకం ' మరి ' పూరకం ' లు కూడా వుండవు ; ' పూరకం ' అంటే బలవంతంగా శ్వాసను పీల్చడం ; ' రేచకం ' అంటే బలవంతంగా శ్వాసను బయటకు నెట్టడం ; ఈ సుఖమయ ప్రాణాయామాన్నే గౌతమ బుద్ధుడు " ఆనాపానసతి " అన్నాడు.

" ఆన " అంటే ఉచ్ఛ్వాస .. " అపాన " అంటే నిశ్వాస .. " సతి " అంటే కూడుకుని ఉండటం. సహజంగా జరిగే మన ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసలతో మనం హాయిగా కూడుకుని ఉంటాం కనుక " సుఖమయ ప్రాణాయామం " అన్నా.. " ఆనాపానసతి " అన్నా .. హాయిగా " శ్వస మీద ధ్యాస " ఉంచడమే !

" ప్రత్యాహారం "

మూడవది .. " ప్రత్యాహారం " ; ప్రత్యాహారం అంటే ప్రతి + ఆహారం ; " ప్రతి " అంటే " Opposite " కనుక " ప్రత్యాహారం " అంటే " వేరే ఆహారం " అన్న మాట !

ఇంద్రియాలను లోపలకు మళ్ళించటమే " ప్రత్యాహారం ".

ఎప్పుడైతే మనం చక్కగా శ్వాస మీద ధ్యాస పెడతామో అప్పుడు క్రమక్రమంగా అప్రయోజనకరమైన ఆలోచనలన్నీ మన నుంచి దూరంగా అయిపోయి .. మానసిక నిర్విషయస్థితికి వచ్చినప్పుడు .. మనం నిశ్చలస్థితికి చేరుకుని మన అంతర్ ప్రపంచంలో వున్న విషయాలను చూడగలుగుతాం ! మరి వాటిని వినగలుగుతాం ! దీనినే " ప్రత్యాహారం " అంటాం.

ఇలా మనం లోపలి విషయాలను శ్రద్ధగా గమనిస్తూ వున్నప్పుడు మనకు రకరకాల అనుభవాలు వస్తూంటాయి. శ్రద్ధతో అభ్యాసం చేస్తూ వుంటే " ప్రత్యాహార స్థితి "కి తొందరగా చేరుకుంటాం.

" ధారణ "

నాలుగవది .. " ధారణ " : ప్రత్యాహారం ద్వారా మనం అంతర్ విషయాలను చూస్తూ వాటిపై ఏకాగ్రతను పెంచుకోవడమే .. " ధారణ ". అంతర్ విషయాలను ఏకాగ్రంగా చూస్తూ వుండగా మన అంతరేంద్రియాలు ఉత్తేజితమై మనం ఏం చూడగలుగుతున్నామో .. మరి అక్కడ మనకు ఏ రకమైన అనుభూతులు కలుగుతున్నాయో .. వాటిని మనం పూర్తి ఏకాగ్రతతో గమనించడమే " ధారణ "

" ధ్యానం "

అయిదవది : " ధ్యానం ". ధారణ చేస్తూ, చేస్తూ వుంటే కొన్ని రోజులకు " ధ్యానం " మొదలవుతుంది. ధ్యానం అంటే .. ధీ + యానం. " ధీ " అంటే " సూక్ష్మశరీరాది సముదాయం " మరి " యానం " అంటే " ప్రయాణం ". ధ్యానంలో మనం మన సూక్ష్మశరీరాది సముదాయాలతో కూడి ఉన్న తలోకాలకు ప్రయాణం చేస్తాం ! అలా ప్రయాణం చేసే సమయంలో మన సూక్ష్మశరీరంలో, కారణశరీరంలో, ఇంకా దీర్ఘంగా మహాకారణ శరీరంలో విశేషమైన అనుభవాలు మొదలవుతాయి.

అలా విహరిస్తూన్నప్పుడు మనకు ఎన్నెన్నో లోకాలలోని జ్ఞాన సూక్ష్మాలు తెలుస్తాయి. గత జన్మల సమాచారంతో పాటు చనిపోయిన మన తల్లిదండ్రులు ఏ లోకంలో వున్నారో, అక్కడ వాళ్ళు ఏం చేస్తున్నారో అని వాళ్ళను కలిసి మనం తెలుసుకుంటాం.

" సమాధి "

ఆరవది : " సమాధి " .. ఎన్నెన్నో జన్మల నుంచి మనలో నిండివున్న ప్రశ్నలన్నింటికి సమాధానాలు దొరికే స్థితినే " సమాధి " అంటారు.

" నేను ఎవరు ? " .. " ఎక్కడ నుంచి వచ్చాను ? " .. " ఎందుకోసం వచ్చాను ? " .. " చనిపోయిన తర్వాత ఎక్కడికి వెళ్తాను ? " .. " అసలు సృష్టి యొక్క రహస్యం ఏమిటి ? " .. ఇలా మాయామయమైన భౌతిక ప్రపంచంలో మనకు లభించని అనేకానేక ప్రశ్నలన్నింటికీ ధ్యానంలో జరిగే సూక్ష్మశరీరయాత్రల ద్వారా మనకు సమాధానాలు లభిస్తాయి !

ఈ స్థితిలో మనకు కొన్ని ప్రశ్నలకు వెంటనే సంతృప్తికరమైన సమాధానాలు దొరుకుతాయి .. మరికొన్ని ప్రశ్నలకు జవాబులు వెంటనే దొరకవు మరి అలాంటి సంశయాత్మకమైన స్థితిని " సవికల్ప సమాధి " అంటాం.

ఇక .. " నిర్వికల్ప సమాధి " .. అంటే ఏ మాత్రం సంశయాలు లేని సంశయ రహితమైన స్థితి ! అన్ని విషయాల్లో కూడా, అన్ని సందేహాలకూ కూడా సంపూర్ణమైన బ్రహ్మజ్ఞానం మరి ఆత్మజ్ఞానం హస్తగతమైన నిశ్చలస్థితే .. " నిర్వికల్ప సమాధి !! "

ప్రతిరోజూ ఆసన, ప్రాణాయామ, ప్రత్యాహార, ధారణ ధ్యానాదుల ద్వారా మన భౌతిక, మానసిక మరి ఆత్మపరమైన సందేహాలకు సమాధానాలన్నీ దొరకడం మొదలై సమాధిస్థితి రోజు రోజుకూ పెరుగుతుంది. ఈ విధంగానే బుద్ధుడు .. పతంజలి మహర్షి .. శ్రీకృష్ణుడు .. జీసస్ క్రైస్ట్ .. మహమ్మద్ .. షిరిడీ సాయిబాబా .. ఆత్మజ్ఞానాన్ని సంపాదించుకున్నారు.

" యమం "

ఇక ఆత్మజ్ఞానులం అయిన తరువాత మనం అత్యంత సహజంగా ఆచరించేవే " యమం " మరి " నియమం " !జ్ఞాని అయినవాడే యమ నియమాలతో కూడిన జీవిత విలువల పట్ల అప్రమత్తంగా వుంటాడు. యమాలు అయిదు :

1. సత్యం 2. అహింస 3. బ్రహ్మచర్యం 4. అస్తేయం 5. అపరిగ్రహం.

" సత్యం " లో వుండడం అంటే " ఆత్మ " గురించే పలకడం ; మనసా వాచా కర్మణా అహింసలో జీవించడమే " అహింస " ; సృష్టిలో ఉన్నదంతా బ్రహ్మపదార్థమే అన్న అవగాహనతో చరిస్తూ వుండడమే " బ్రహ్మచర్యం " పాటించడం ; అలాగే ఇతరుల సంపదను ఆశించకపోవడమే అస్తేయాన్ని పాటించడం అంటే ; మనకు అనవసరమైంది, కొంచెం మోతాదులోనైనా సరే ఎవరి దగ్గర నుంచి కూడా తీసుకోకుండా వుండడమే అపరిగ్రహం పాటించడం.

ఈ సిద్ధాంతాలన్నిటి మీద చక్కటి మౌలిక ఆధ్యాత్మిక అవగాహన తెచ్చుకోవడమే " యమం " అంటే. అప్పుడే మన దైనందిక జీవితంలో సరి అయిన " నియమాలు " చోటు చేసుకుంటాయి.

" నియమాలు "

నియమాలు అయిదు : 1. శౌచం 2. సంతోషం 3. తపస్సు 4. స్వాధ్యాయం 5. ఈశ్వరప్రణిధానం.

***శౌచం** : మన మాటలు, చేతులు, మన వృత్తి, మన జీవిత విధానం, మన ఆలోచనా సరళి.. అన్నీ కూడా ఏ విధమైన కల్మషం లేకుండా చాలా పరిశుద్ధంగా శక్తివంతంగా వుండటమే " శౌచం " అంటే !*

***సంతోషం** : కలిమిలేముల్లో, శీతోష్ణాల్లో, సుఖదుఃఖాల్లో, మానావమానాల్లో, జయాపజయాల్లో, జననమరణాల్లో.. అన్ని పరిస్థితుల్లో కూడా మనం సమత్వస్థితిలో అలరారుతూ కర్మసిద్ధాంతాన్ని అనుసరించి సంతోషంగా వుంటూ జ్ఞానుల్లా విలసిల్లడం !*

***స్వాధ్యాయం** : ఆధ్యాత్మిక గ్రంధాలు అంటే బ్రహ్మసూత్రాలు, యోగ సూత్రాలు, వేదాలు, ఉపనిషత్తులు, పురాణాలు, ఇతిహాసాలు మరి భగవద్గీతలతో పాటు ఇంకా నవీన యుగానికి చెందిన ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర గ్రంథాలను ఎక్కువగా చదువుతూ ఎక్కువ విజ్ఞానాని సంపాదించుకోవాలి.*

***తపస్సు** : అంటే మనల్ని మనం తగ్గించుకోవడం ; తిండి, నిద్ర క్రమక్రమంగా తగ్గించేసుకుంటూ ఒకానొక నాటికి వాటిని కూడా పూర్తిగా తీసివేయడం. ఆత్మపరిణామక్రమంలోని అత్యున్నతమైన ఏ స్థితికి అయితే మనం చేరాలో.. ఆ స్థితికి ఆహార పరంగా, నిద్ర పరంగా చేరటాన్నే " తపస్సు " అంటాం.*

***ఈశ్వరప్రణిధానం** : " అంతా దైవమే, అంతా ఈశ్వరమయమే .. అంతా ఆత్మపదార్థమే " .. అని తెలుసుకున్న స్థితి మరి అందులో జీవించే స్థితి .. ఈశ్వరప్రణిధానం, ఇలా పిరమిడ్ అష్టాంగ ధ్యాన యోగసాధన ద్వారా మాత్రమే మనకు యమ నియమాలు పూర్తిగా వంటపడతాయి .. మరి ప్రతిక్షణం మనం వాటితో కూడి సహజంగా జీవించగలుగుతాం !*

" పిరమిడ్ అష్టాంగ ధ్యానయోగ క్రమం "

పిరమిడ్ అష్టాంగ ధ్యానయోగ క్రమం ద్వారా అజ్ఞానం నశించి ఆత్మజ్ఞానం సంతరించుకుని మన దైనందిన జీవితం శాస్త్రీయంగా తీర్చిదిద్దబడుతుంది.

అప్పుడే మనకు శరీరపరంగా ఆరోగ్యం, మనస్సుకు ప్రశాంతి, బుద్ధికి కుశలత, దీర్ఘమైన ఆయుష్షు, చక్కటి సాంఘిక స్ఫూర్తి, ఆర్థిక లాభం అన్నీ కలుగుతాయి.

యోగి కాని వాడు రోగిగా మారి క్రమక్రమంగా క్షీణిస్తూంటాడు. మరి యోగి అయినవాడే నిజమైన భోగి కాగలడు ! యోగం ద్వారా రోగం పోయి భోగం వస్తుంది కనుక యోగీశ్వరుడే భోగీశ్వరుడు !

" పిరమిడ్ అష్టాంగ ధ్యానయోగ క్రమం " అన్నది లోకకళ్యాణం కోసం వున్న ఏకైక దివ్యమార్గం కనుక ప్రతిమనిషి కూడా ధ్యానయోగం చేసి ముందు ధ్యాని కావాలి ; ఆ తరువాత యోగి కావాలి ; క్రమంగా ఋషి కావాలి ; తరువాత రాజర్షి కావాలి ; చివరికి బ్రహ్మర్షి కావాలి ;
ఏది కావాలంటే అది సాధించగల శక్తి మనలో అపారంగా వుంది. కనుక .. మన అనంతమైన శక్తిని మనం నిత్య శ్రేయస్సు కోసం వినియోగించుకుంటే .. మనం చక్కగా ధర్మార్థ కామమోక్షాదులలో విలసిల్లుతూ వుంటాం ! మనల్ని చూసి మన కుటుంబ సభ్యులు మన మిత్రులు మరి మన చుట్టుప్రక్కల జనులు కూడా ఇంకా చక్కగా వుంటారు !!

" పుత్రుడు - పున్నామనరకం "

" పున్నామనరకం "
" పునః + నామ + నరకం " అంటే
" మళ్ళీ మళ్ళీ ' నామం ' తీసుకునే ' నరకం ' "అంటే "పునర్జన్మ" అన్నమాట
" పుత్రుడు " అంటే, " వారసుడు " మన గుణగుణాలను సంతరించుకున్నవాడు
మన జ్ఞానాన్ని పోలివున్న చతురతను గ్రహించినవాడు
కనుక " పుత్రుడు మనల్ని ' పున్నామ నరకం ' నుంచి తప్పిస్తాడు "
అంటే " మన ఆత్మశిష్యుల ద్వారానే మనకు జన్మరాహిత్య పదవి వస్తుంది " అన్నమాట
' పుత్రుడు ' అంటే శారీరక వారసుడు కాదు, బుద్ధిపరమైన వారసుడు

*** మనలాంటి ఆత్మజ్ఞానులను కొంతమందినైనా తయారుచేస్తేనే**
మనకు మరుజన్మ నుంచి మరి విడుదల

"పురుష ప్రయత్నం"

వసిష్ట గీతలో "పురుష ప్రయత్నం" గురించి ఈ విధంగా చెప్పబడింది;
"ద్వౌహుడావివ యద్యేతే పురుషార్థే సమాసమౌ
ప్రాక్తనశ్చైవ శామ్యత్యత్రాల్ప వీర్యవాన్ **- వసిష్ఠ గీత (2-19)**

పూర్వ జన్మ యొక్క ఈ జన్మ యొక్క సమాన, అసమాన పురుష ప్రయత్నాలు 'రెండు పొట్టేళ్ళు' లాగా పరస్పరం యుద్ధం చేస్తాయి; అందులో అల్పబలం కలది ఓడిపోతుంది"

"పౌరషం చ న వానస్తం యత్నమభివాంఛ్యతే
న యత్నేనాపి మహతా ప్రాప్యతే రత్న మశ్మతః" **- వసిష్ఠ గీత (2-36)**

"మోక్షప్రాప్తికి అనంతకాలం వరకు పురుష ప్రయత్నం అవసరం లేదు; ఎక్కువ పరిశ్రమ కూడా అవసరం లేదు. రత్న తత్వ పరీక్షానిపుణులకు శ్రమ లేదుకనుక రాయిలోంచ రత్నం లభిస్తోంది కదా."

"ఆలస్యం యది న భవేజ్జ గత్యనర్థః
కోన స్యాద్బహుధనకో బహుశ్రుతో వా" **- వసిష్ఠగీత (2-41)**

**" ఈ ప్రపంచంలో అనర్థకారణమైనటువంటి 'సోమరితనం' అనేదే లేకపోతే
ఎవడు మహాధనికుడిలా, మహావిద్వాంసుడిలా కాకుండా ఉండగలడు?"
- (శ్రీ శ్రీ విద్యా ప్రకాశనందగిరి స్వామి)**

**పురుష ప్రయత్నమే అన్నిటికీ మూలం
అంతేకానీ 'విధి విలాసం', 'లలాట లిఖితం',
'దైవ-లీల' - ఇలాంటివన్నీ అర్థరహిత శుష్కపదాలే.**

"పునర్జన్మ"

"నిరుక్తం" అన్నది ఒకానొక ముఖ్యమైన వేదాంగం: అది పునర్జన్మ గురించి ఇలా చెప్తోంది:

"మృతతశ్చాహం పునర్జాతో జాతశ్చాహం పునర్ మృతః
నానా యోని సహస్రాణి మయోషితాని యానివై" = నిరుక్తం

"జ్ఞాని అయినవాడు - నేను చాలాసార్లు పుట్టాను, మరణించాను;
ఎన్నో యోనులలో నివసించాను' అని తెలుసుకుంటాడు"
"నిరుక్తం" ఇంకా ఇలా చెప్తోంది:
"ఆహారా వివిధా భుక్తా పీతా నానావిధా స్తనాః ;
మాతరో వివిధ దృష్టా పితరః సుహృదస్తథా" = నిరుక్తం

"జ్ఞాని అయినవాడు - ఆ యోనులలో ఎన్నో రకాల ఆహారాలు తిన్నాను;
ఎంతో మంది తల్లుల పాలు త్రాగాను; ఎంతో మంది తండ్రులను, సహృదయులను చూశాను'అని అర్థం చేసుకుంటాడు"
= దయానంద - గోపదేవ్ ఆధారంగా

ప్రేయో మార్గం, శ్రేయో మార్గం

రెండు మార్గాలు ఉన్నాయి.

1) ప్రేయో మార్గం 2) శ్రేయో మార్గం

మనస్సుకు నచ్చినది ప్రేయో మార్గం; బుద్ధికి నచ్చినది శ్రేయో మార్గం.
ఆత్మజ్ఞానం లేని వారికి బుద్ధి ఉండదు.
ఆత్మానుభవం వున్న వారికి మనస్సు ఉండదు; బుద్ధి ఉంటుంది.
ఆకలి లేకపోయినా తినవచ్చు తినాలి అంటుంది మనస్సు;
అకలి ఉన్నప్పుడే తినాలి అంటుంది బుద్ధి.
కామక్రీడల్లో బలాత్కారం చేయవచ్చంటుంది మనస్సు;
ఇరు ప్రక్కలా పూర్తి ఇచ్ఛ ఉన్నప్పుడే కామక్రీడ సలపాలి అని చెప్పేది బుద్ధి.
మనస్సు చెప్పేది ప్రేయో మార్గం; బుద్ధి చెప్పేది శ్రేయో మార్గం;
మనస్సు దుఃఖం, బుద్ధి అనందం.
మనస్సు అసత్యం; బుద్ధి శాశ్వతం.
మనస్సు అశాశ్వతం; బుద్ధి శాశ్వతం.
మనస్సు పరిపరివిధాలు; బుద్ధి ఏక విధానం.
ధ్యానం మనస్సును కట్టడి చేస్తుంది.
ధ్యానం విద్యే యోగ విద్య.
ప్రేయో మార్గంలో వుండేవాడే, మనస్సుకు లోబడి ఉండేవాడే మానవుడు:
శ్రేయో మార్గంలో ఉండేవాడే, బుద్ధికి లోబడి ఉండేవాడే బుద్ధుడు.
ప్రతి మనిషి మనస్సు నుండి బుద్ధి దగ్గరకు ప్రమోషన్ తెచ్చుకోవాలి.
ఇది ఒకరిచ్చే ప్రమోషన్ కాదు, ఎవరికి వారే సాధించుకోవాలి.
నిత్య ధ్యాన సాధన ద్వారా నలభై రోజుల్లో ఈ ప్రమోషన్ వస్తుంది -

... ఇదే పై లోకాల్లో ఉన్న అందరి బుద్ధుళ్ళ అందరి బుద్ధి జీవుల సందేశం.

ప్రాపంచిక యోగ్యత ' అన్నది యోగ శాస్త్ర పరిచయం ద్వారా అంకురీకరించి .. మరి పటిష్ఠ ధ్యానయోగ సాధన ద్వారానే సంపూర్ణంగా పుష్పించి, ఫలిస్తుంది "

నేటి కలలే రేపటి వాస్తవాలకు మూల బీజాలవుతాయి. కలలనేవి కల్లలు కావు ...

భవిష్యత్తులో మనకు కావల్సిన వాటిని కావల్సిన విధంగా మనం స్వయంగా తీర్చిదిద్దుకునే సుత్తీ, కొడవళ్ళే నేడు మనం కనే కలలు ...
అయితే, కేవలం చక్కటి కలలు కంటే, కేవలం కలలు మాత్రం కంటూనే వుంటూంటే ఏమి లాభం లేదు

మన దేశం స్వర్ణసదృశం కావాలంటే దానికి ఏది కావాలో అది చెయ్యాలి
దేశం అంటే మట్టి కాదు .. ప్రజలు

దేశంలోని ప్రజలు మట్టికొడుతూ వుంటే దేశం కూడా మట్టి కొడుతూనే వుంటుంది. ప్రజలు అయోగ్యులైతే రాష్ట్రం అయోమయంగా వుంటుంది. ప్రజలు యోగ్యులుగా వుంటేనే దేశం స్వర్ణతుల్యమవుతుంది.

" ' ప్రాపంచిక యోగ్యత ' అన్నది యోగ శాస్త్ర పరిచయం ద్వారా అంకురీకరించి .. మరి పటిష్ఠ ధ్యానయోగ సాధన ద్వారానే సంపూర్ణంగా పుష్పించి, ఫలిస్తుంది "

భౌతికపరమైన శాస్త్రవిజ్ఞానంతో మాత్రమే అయితే " యోగ్యత " అన్నది ఎప్పటికీ సిద్ధించదు ; కేవలం భౌతికపరమైన విజ్ఞానంతో " యోగ్యత " అన్నది గగన కుసుమమే

మరి ఆధ్యాత్మికపరమైన " ధ్యాన అభ్యాసం " ద్వారానే, " ధ్యాన యోగానుష్ఠానం " ద్వారానే ప్రజలు యోగ్యులై విలసిల్లగలిగేది. ఒక్కమాటలో చెప్పాలంటే ఏ దేశమైనా " ధ్యానదేశం " కాకుండా " స్వర్ణదేశం " కావటం అన్నది అసంభవం.

మొదట అందరూ హింసను వదిలిపెట్టేయాలి, ఎవ్వరికీ మరొకరిని హింసించే హక్కు లేదు. " అహింసా పరమో ధర్మః " అన్నాడు కదా గౌతమ బుద్ధుడు

బుద్ధుడు పుట్టిన దేశంలోనే ఎంత హింసో .. ఇకనైనా హింసను వదిలిపెట్టేద్దాం, ఇకనైనా ' హంస ' ను పట్టుకుందాం. " హింస " అంటే " జంతువధ " మరి " మాంసభక్షణ ".

మనం అనాది నుంచి భారతదేశంలో " రామరాజ్యం " గురించి వింటూనే వున్నాం. ప్రతి యుగం లోనూ ప్రజలు " రామరాజ్యం " కోసమే కలలు కన్నారు.

" రామరాజ్యం " అంటే ఒక రాముడి లాంటి వాడి చేతిలో నడవబడే రాజ్యం ; ప్రజల యోగక్షేమాల గురించి పూర్తిగా తెలిసివున్న రాజు చేతిలోని రాజ్యం ; ఒక రాజు మహాయోగి అయిన పరిస్థితిలో వున్నటువంటి రాజ్యం. ఆధ్యాత్మికతతోనే పుట్టి, ఆధ్యాత్మికతలోనే పెరిగి ఆధ్యాత్మికత కోసమే జీవించిన యోగి రాజు చేతిలో నడుపబడిన రాజ్యం.

రాముడు వంటి వాడు రాజ్యం యొక్క రాజు కాకపోతే రామరాజ్యం రావడం అనేది అసంభవం.

అందుకే సోక్రటీస్ మహానుభావుడు అన్నాడు - " తత్వవేత్తలే పాలకులు కావాలి " అని.

ప్రజలు రామరాజ్యం కోరుకునేటట్లయితే ఆత్మజ్ఞానులనే పరిపాలకులుగా ఎన్నుకుని తీరాలి ; ప్రజలు మూర్ఖుల్ని ఎన్నుకుంటే ఆ మూర్ఖులు ప్రజల్ని ' మిరపకాయ బజ్జీ ' లు చేసుకుని తింటారు.

" ప్రజలు వారి వాస్తవాన్ని వారే సృష్టించుకుంటారు " అన్నది పరమ సత్యం. యథా ప్రజా .. తథా రాజా.

ధర్మరాజ్యం కావాలో, అధర్మ రాజ్యం కావాలో, ఎన్నుకునేది ప్రజలు చేతుల్లోనే వుంది .

" యధా రాజా .. తధా ప్రజా " అనేది అలనాటి సామెత, " యాధా ప్రజా .. తధా రాజా " అనేది ఇలనాటి సామెత .

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్, ఇండియా .. ప్రజలందరినీ ధ్యాన ప్రజలుగా, ఆత్మజ్ఞాన సంపన్నులుగా తీర్చిదిద్దుతోంది. ఆత్మజ్ఞానులైన ప్రజలు తప్పకుండా ఆత్మజ్ఞానుల్నే నాయకులుగా ఎన్నుకుంటారు.

ఆ రోజు చాలా దగ్గరలోనే ఉంది ; మళ్ళీ " రామరాజ్యం " అంటే " ధర్మరాజ్యం " వచ్చి తీరుతుంది. మళ్ళీ ఈ నవీన యుగంలో - భారతదేశంలోనే కాదు ప్రపంచం అంతా కూడా " ధర్మరాజ్యం " అనేది వెల్లివిరుస్తుంది.

" ప్రకృతి పుత్రులు "

" ఎంత నేర్చినా.. ఎంత చూసినా
ఎంతవారలైనా.. కాంత దాసులే "

ప్రముఖ వాగ్గేయకారులు శ్రీ త్యాగరాజస్వామి తమ అద్భుతమైన కీర్తన ద్వారా మనకు ఒకానొక గొప్ప సత్యాన్ని తెలియజేశారు. "కాంత అంటే "ప్రకృతి"! అంటే మన స్వంత సహజస్వభావం! "కాంత దాసులు" అంటే "ప్రకృతితత్త్వానికి వశులై వున్నవాళ్ళు." అంటే "ఎవరి స్వంత ప్రకృతి స్వభావాలకు వారే వశులై వున్నవారు" అని అర్థం! అలా ఎవరికి వారు తమ తమ సహజ ప్రకృతిని అనుసరించి నడుచుకుంటూ ఉండడమే సరియైన జీవన విధానం!

ఈ లోకంలో ప్రతి ఒక్కరూ తమ తమ జన్మపరంపరలో భాగంగా కొన్ని జన్మలు తమోగుణ ప్రకృతితో, కొన్ని జన్మలు రజోగుణ ప్రకృతితో, కొన్ని జన్మలు సత్వగుణ ప్రకృతితో అందులో మరి కొన్ని జన్మలు శుద్ధ స్వాతికగుణ ప్రకృతితో జీవించి చివరాఖరిగా నిర్గుణ ప్రకృతిలో జీవిస్తూ తమ తమ జీవన కార్యకలాపాలను చేపడుతూంటారు.

మహాభారతంలో పాండువులకూ, కౌరవులకూ మధ్య సంధిరాయబారాన్ని నెరపడానికి శ్రీకృష్ణుడు హస్తినకు వెళ్ళాడు. యుద్ధనివారణ మార్గానికి ఉన్న ధర్మాధర్మ విచక్షణా విశేషాలన్నింటినీ దుర్యోధనాదులకు స్పష్టంగా తెలియజేసాడు! శ్రీ కృష్ణుడు చెప్పిన ప్రకృతి ధర్మాలన్నింటినీ శ్రద్ధగా విన్న "కాంత దాసుడయిన" దుర్యోధనుడు ...

"జానామి ధర్మః న చ మే ప్రవృత్తిః
జానామి అధర్మః న చ మే నివృత్తిః"

"నాకు ధర్మం అంటే తెలుసు .. అధర్మం అంటే ఏమిటో తెలుసు! ఆ రెండూ చేయడం వల్ల వచ్చే ఫలితాలు కూడా తెలుసు. అయినా నా సహజ ప్రకృతి నన్ను అధర్మం చెయ్యమనే చెబుతోంది కనుక నేను అదే చేస్తాను" అని చెప్పి కయ్యానికి కాలుదువ్వాడు!

కురుక్షేత్ర యుద్ధరంగం మధ్యలో కూర్చుని .. వైరి పక్షంలో వున్న తన బంధువర్గాన్ని చూసి విచలిత మనస్కుడైన అర్జునుడు ధనుర్బాణాలను క్రింద పడవేసి యుద్ధం చేయనని ఒక భీరువులా మాట్లాడాడు.

పలాయన వాదాన్ని వినిపిస్తున్న చింతాదాసుడయిన అర్జునుడికి శ్రీకృష్ణుడు అతని సహజ ప్రకృతి అయిన క్షత్రియత్వాన్ని గుర్తుచేసి "పిరికివాడిలా యుద్ధరంగం నుంచి పారిపోవడం నీ 'స్వంత ప్రకృతి' ఎంతమాత్రం కాదుకనుక లేచి గాండీవం చేత బట్టి యుద్ధం చెయ్యి" అంటూ కర్తవ్యాన్ని బోధించాడు!

ఇలా మనం అంతా కూడా ఇలా అనేకానేక జన్మలకు చెందిన ఏ గుణసంచయాలతో పుడతామో .. అదే మన "స్వంత ప్రకృతి" మరి మన "స్వంత స్థితి" అవుతుంది. అలా స్వస్థితిలో జీవించే వారంతా కూడా "ప్రకృతి పుత్రులు" గా పిలవబడతారు.

పిరమిడ్ మాస్టర్లు అందరూ కూడా అసలుసిసలైన "ప్రకృతి పుత్రులు"! వారి సహజ ప్రకృతి "ధ్యానం" చెయ్యడం .. "స్వాధ్యాయం" చెయ్యడం ..మరి "సజ్జన సాంగత్యం" చెయ్యడం! ఎదుటి వాళ్ళ సహజ ప్రవృత్తిని మార్చాలని వాళ్ళు ఎప్పుడూ ప్రయత్నించరు. తమలాగే వారు కూడా తమ సహజ ప్రకృతిలో జీవిస్తున్నారని సుస్పష్టంగా తెలుసుకుని మరీ ప్రవర్తిస్తూ వారు లోక కల్యాణార్థమే తమ జీవన వ్యాపారాలను చేపడుతూంటారు. అలాంటి వారు ఎక్కడికి వెళ్ళినా వారు ఏ కార్యక్రమాల్లో నిమగ్నమైన ఉన్నా .. వారికి విజయమే సిద్ధిస్తుంది!

"ప్రకృతి - వికృతి"

' ప్రకృతి ' కి వ్యతిరేకమవ్వడమే ' వికృతి '.
' ప్రకృతి ' తో వుంటే ' వికృత బుద్ధి ' లేకుండా వుంటాం. వికృతి మనస్సు లేకుండా వుంటాం.
' ప్రకృతి ' తో వుంటే ఒక రకంగా వుంటాం ; ప్రకృతిలో జీవించకపోతే, మరోరకంగా, అంటే అధ్వాన్నంగా తయారవుతాం.
' ప్రకృతి ' అంటే కొండలు, చెట్లు, పక్షులు - ఇవన్నీ స్థూల ప్రకృతి - చర్మచక్షువులతో చూసేది.
అయితే " ప్రకృతితో జీవించడం " అంటే " స్థూలప్రకృతితోనే జీవించడం " కాదు.

రకరకాల ప్రకృతులున్నాయి -
1) చర్మచక్షువులతో చూసే ప్రకృతి,
2) దివ్యచక్షువు తో చూసే ప్రకృతి - అది బ్రహ్మాండమైంది.

ఎన్నెన్నో లోకాలు కలది - ' సూక్ష్మ ' , ' కారణ ' , ' మహాకారణ ' లోకాలతో కూడి వుండే ప్రకృతి - దివ్యచక్షువుతో చూసేది.

" ప్రకృతితో జీవించడం" అంటే మన కంటికి కనబడే ప్రకృతితోనే కాకుండా కంటికి కనబడని సూక్ష్మ, కారణ, మహాకారణ ప్రకృతితో కలిసి వుండటం. అప్పుడే సరైన శాస్త్రీయ పురుషులుగా, సరియైన విశ్వజీవులుగా పరిణమిస్తాం. అంతేకాకుండా, ఎన్నో జన్మల నుంచి సంపాదించుకున్న మన ' భావసంపద ' , ' మనోవికాసం ' మొదలైన వాటితో కూడా చక్కగా జీవించాలి. మనలో వున్న న్యూనత్వ ఔన్నత్యాలతో కూడా చక్కగా జీవించడం అంటాం. మనల్ని మనం కించపరచుకోకూడదు. అలాగే మనిషి కూడా ప్రకృతిలో భాగమే. అలాగే ఇతర ప్రాణికోటితో కూడా సహృదయతతో జీవించాలి.

రకరకాల ప్రకృతులకు మూలమైనది మూల ప్రకృతి - ' మూల చైతన్యం ' - అక్కడ ' అద్వైతం ' గా జీవించడం, వేరొకటి లేకుండా జీవించడం ; ' అద్వైతానుభూతి ' పొందడం అనేది కేవలం ' ధ్యానం ' ద్వారానే సాధ్యం ; అది ' మహాప్రకృతి ' తో కలిసి జీవించడం లాంటిది, ఇక్కడ కేవల పురుషులుగా, ' పరమాత్ములు ' గా మనం జీవిస్తాం అన్నమాట.

మిగతా ప్రకృతి అంతా చక్కగానే వుంది - మానవుడొక్కడే ' వికృతం ' గా తయారయ్యాడు. కనుక, మనం అన్ని రకాల ప్రకృతులతోనూ కలిసి జీవించాలి. అప్పుడే మనం ' ప్రకృతి పురుషులం ' అవుతాం. లేకపోతే ' వికృత పురుషులం ' అవుతాం. వికృత రూపాలు ధరిస్తాం. ప్రకృతితో మనం జీవించలేకపోతే మనం వికృతంగా తయారవుతాం. ఎంతవరకూ మనం ' ప్రకృతి పురుషులం ' కామో అంతవరకూ మనం మళ్ళీ మళ్ళీ జన్మలు తీసుకుంటూ వుండాల్సిందే.

"ప్రజల్ప రాహిత్యం"

మనిషి శారీరకంగా కానీ, మానసికంగా కానీ, ఆధ్యాత్మికంగా కానీ, హీన స్థితి నుంచి ఉన్నత స్థితికి పోవాలి అంటే కావలసిన తప్పనిసరి గుణమే "ప్రజల్ప రాహిత్యం"
"ప్రజల్పం" అంటే "అసంధర్భపు ప్రేలాపన", "పనికిరాని మాటలు మాటలాడటం";
"ప్రజల్ప రాహిత్యం" అంటే "పనికిరాని మాటలు లేకపోవడం" అన్నమాట.
అప్పుడు దేహం యొక్క సహజ ప్రాణశక్తిని కోల్పోము
"ప్రజల్పం" అన్నదానిని సంపూర్ణంగా కట్టిపెట్టాలి
ప్రజల్పమే మనిషిని తినివేసే క్యాన్సర్ వ్యాధి.
నోట్లోంచి ఒక్క అనవసరపు మాట కూడా రాకూడదు.
అప్పుడు బోలెడంత శక్తిని మనలో కూడగట్టుకోవడం జరుగుతుంది
"ప్రజల్ప రాహిత్యం" అన్నది మౌలిక ఆధ్యాత్మిక సాధన
వాక్ క్షేత్రం మీద సరియైన పట్టు సాధించాలి
వాక్ క్షేత్రం సదా శాస్త్రీయంగా, కుదింపుగా ఉండాలి.
ఆ విధంగా ఆదా చేయబడిన ప్రాణశక్తే
మన శారీరక, మానసిక పరిపుష్టికీ ..

ఆధ్యాత్మిక శుద్ధతకూ ... బుద్ధివికాసానికి .. ఆత్మపరాకాష్టకూ ..
క్రమక్రమంగా దోహదపడుతుంది.

ప్రజల్ప సహితుడు ఎప్పుడూ నిర్వీర్యుడే
ప్రజల్ప రహితుడు ఎప్పుడూ వీర్యుడే
భోగకామికి కానీ, మోక్షగామికి కానీ,
ప్రజల్ప రాహిత్యం అన్నది అనివార్యం.

పూజారి - to - పూర్ణాత్మ"

"పూజారి"

ఆకులను, పువ్వులను కోసి, కోయించి ప్రకృతిని నాశనం చేసేవాడు.
చిన్నపిల్లలు బొమ్మలతో ఆడుకున్నట్లు, పెద్ద బొమ్మలైన విగ్రహాలతో ఆడుకునే 'పెద్దబాలుడు'.

"మంత్రోపాసకుడు"

కొంచెం ఎదిగినవాడు. బొమ్మలాట వదిలివేసినవాడు. సాధనను నమ్ముకున్నవాడు. అయినా తనలోనే శక్తులన్నీ వునాయనీ గ్రహించినా, ఆ శక్తిని వెలుపలికి తీయడానికి ఏ సాధనా చెయ్యని మూర్ఖుడు.

"వేదాంతి"

ప్రకృతిని నాశనం చెయ్యని పండితుడు. ఆత్మతత్వాన్ని గ్రహించినా, తనలోనే శక్తులన్నీ వున్నాయనీ గ్రహించినా, ఆ శక్తిని వెలుపలికి తీయడానికి ఏ సాధనా చెయ్యని మూర్ఖుడు. తన పదజాలానికీ, వాక్చాతుర్యానికీ, తానే ముగ్ధుడయ్యే వెర్రివాడు.

"ధ్యాన సాధకుడు"

నిజమైన, తెలివైన మనిషి, తనలోనే శక్తులన్నీ వున్నాయని గ్రహించి వెంటనే ఆ శక్తిని వెలుపలికి తీయడానికి చేయవలసిన ధ్యానసాధనలో పూర్తిగా నిమగ్నమైనవాడు.

"అవధూత"

ధ్యానానుభవాలలో చాలా ముందుకు పోయినవాడు. నిరంతరం ఇతర లోకాలలో సూక్ష్మశరీర యాత్రల ద్వారా తిరిగేవాడు. అయితే, ఈ శరీరాన్ని ఈ లోకాన్ని నూటికి తొంభైపాళ్ళు త్యజించినవాడు. కనుకనే, 'పిచ్చివాడు' అని ఈ లోకపు పిచ్చివాళ్ళు అనుకుంటారు.

"సిద్ధుడు"

ధ్యాన పరాకాష్ఠను అందుకున్నవాడు. అష్టసిద్ధులను హస్తగతం చేసుకున్నవాడు. లోకం ఇతని సిద్ధులను చూసి భయపడుతుంది ; ఆశ్చర్యపోతుంది.

"బుద్ధుడు"

అందరి సిద్ధత్వానికీ, బుద్ధత్వానికీ దారి చూపేవాడు. ఆఖరి జన్మలో వున్నవాడు. నిరంతరం ధ్యాన, జ్ఞాన బోధ చేసి ఆ ఆకలి కూడా తీరిపోయిన తరువాత ఇంక మళ్ళీ జన్మ ఎత్తడు.

"ఒకానొక పూర్ణాత్మ"

సత్యలోకంలో 'తార' గా శాశ్వతంగా నిలిచిపోయి, తన లోంచి నూతన అంశాత్మలను సృష్టించి, వారినీ జనన-మరణ చక్రంలో ప్రవేశపెట్టి వారు కూడా బుద్ధులయ్యేంతవరకు వారి బాగోగులను చూసుకునేవాడు.
' సిద్ధుడు ' అవ్వాలంటే ధ్యానం చేయాలి.
' సిద్ధత్వానికి దారి చూపించడం " అంటే ధ్యానం చేయించడం
' బుద్ధుడు ' అవ్వాలంటే ధ్యాన జ్ఞాన బోధ నిరంతరం చెయ్యాలి.
"బుద్ధత్వానికి దారి చూపించడం" అంటే అందరిని ధ్యాన జ్ఞాన బోధకులుగా తయారు చేయటం.

"ప్లేటో"

"ప్లేటో"

క్రీ.పూ. 5వ శతాబ్దపు గ్రీకు దేశపు అతిముఖ్య తత్వవేత్త;
మహాజ్ఞాని సోక్రటీస్ యొక్క ముఖ్య శిష్యుడు.

ప్లేటో సూక్తులు కొన్ని:
" 'భగవంతుడు' అంటే విశ్వం అంతా ఆవరించి వున్న వివేకం - బుద్ధి"
"ఆత్మకు అమృతత్వం వుంది"
"మనిషి లౌకిక వ్యవహారాలలో తలమునకలుగా మునిగిపోయి తన రెక్కలు కోల్పోయాడు; అంతకు ముందు అతను ఆధ్యాత్మిక ప్రపంచంలో దేవతలతో సమంగా నివసిస్తూ ఉండేవాడు;
ఆ ప్రపంచంలో అంతా యదార్థమూ - పవిత్రమూనూ"
"మనిషి ఇంకా రూపుకట్టుకోక ముందు కేవలం తేజోరూపంతో వ్యవహరిస్తూ ఉండేవాడు"
"సూర్యుడు అమృతమయుడైన సజీవమూర్తి"
"జీవయాత్ర ఉద్దేశ్యం ఇదే - దివ్యత్వాన్ని పొందడం;
జ్ఞానంతో సరితూగుతూ పవిత్రంగా వుండడం"
"ఆత్మ అన్నది శరీరం కన్నా ముందుగానే ఆవిర్భవించింది;
శరీరం ఉపాంగం; అనుషంగికం కూడా; ఆత్మకు అనుయాయిగా వుండడం తప్ప దానికి మరొక పని లేదు"
"అంతా పూర్వస్మృతే"
"మనిషి క్రమక్రమంగా పరిపూర్ణుడై, దివ్యజ్ఞాన జలధిలో ప్రయాణం చేయగలుగుతాడు."

ప్లేటో వ్రాసిన "రిపబ్లిక్", "డయలాగ్స్" అన్న పుస్తకాలు ప్రతి ముముక్షువు చదివితీరాల్సిందే. లేకపోతే బుద్ధివికాసం అన్నది అసంభవం.

పిల్లల పెంపకం

ప్రపంచంలో మొట్టమొదటగా అతి కష్టమైనది ఆత్మానుభవం.
తరువాత పిల్లల పెంపకం.
ఉట్టికి ఎగురలేనమ్మ స్వర్గాన్ని కోరుకున్నట్లు తామెవరో తాము తెలియనివాళ్ళు పిల్లలను ఎలా పెంచగలరు?

తన్ను తాను తెలుసుకున్న తరువాతే నిజానికి పెళ్ళి చేసుకోవాలి; పిల్లల్ని కని పెంచాలి. ఆత్మజ్ఞానం లేని వాళ్ళు పిల్లల్ని కనవచ్చు కానీ వాళ్ళను పెంచే అర్హత వారికుండదు. పూర్వపు రోజుల్లో గురుకులాల్లో పిల్లలందరూ పెరిగినట్లు ఈ రోజుల్లో కూడా అలాగే జరగాలి.

ఏ ప్రాణైన ఒక ప్రాణిని పుట్టించగలదు. అది ప్రాణి యొక్క గొప్పదనం కాదు. అది ప్రకృతి యొక్క మహత్తు. అలాగే మానవుల జననం కూడానూ ప్రకృతి సహజంగానే జరుగుతూ వుంటుంది. అయితే, మానవుల పెంపకం అనేది కేవలం శరీరాల పెంపకం కాజాలదు. మేధా సంపన్నత్వం సమకూరాలి. కనుక, పూర్ణ వికాసులైన మానవుల వల్లనే ఆ పెంపకం సాధ్యం.

మేధస్సు యొక్క పూర్ణ వికాసం అన్నది ఆత్మానుభవం ద్వారానే మొదలవుతుంది. క్రమక్రమంగా ఆత్మ విజ్ఞానం లో నిష్ణాతులయినప్పుడే అది పరిపూర్ణం అవుతుంది. ఈ సిద్ధాంతాన్ని 2500 సం||కు పూర్వం సోక్రటీస్ విశేషంగా ప్రవచించాడు. పిల్లల పెంపకం అన్నది ఆయన యొక్క అతి ముఖ్యమైన్ బోధానాంశం.

హిందూ ధర్మంలో కూడానూ బ్రహ్మచర్యాశ్రమం తరువాతే గృహస్థాశ్రమం ధర్మంగా నిర్వచించబడింది. బ్రహ్మజ్ఞానంలో చరించే వాళ్ళే బ్రహ్మచారులు. శిశుత్వం పోయి బాలత్వం వస్తూనే - నేటి బాలురే రేపటి పౌరులు కనుక - ఆ బాల బాలికలకు ఉపనయన కార్యక్రమం నిర్వహించడమే హిందూధర్మంలో ప్రధానాంశం.

ఉపనయనం అంటే మూడవ కన్ను అని కూడా అంటాం. దివ్య దృష్టి, దివ్యశ్రవణం, దివ్యయానం మొదలైనవన్నీ దీని క్రిందికే వస్తాయి.

బ్రహ్మోపదేశం చేస్తారు అంటే తత్త్వమసి, నువ్వే దేవుడు, అహం బ్రహ్మాస్మి, నేను దేవుడు అన్నవి ప్రభోధిస్తారు. అయితే మూడవకన్ను అన్నది ధ్యానాభ్యాసం ద్వారానే అంకురిస్తుంది. ధ్యానయోగం అంటే చిత్తవృత్తి నిరోధం. ఇది కేవలం ఆనాపానసతి లేక శ్వాస మీద ధ్యాస ద్వారానే సాధ్యం.
శిశుత్వం పోయి బాలత్వం వస్తూనే బాలబాలికలందరూ ప్రప్రథమంగా బ్రహ్మోపదేశం చేసి ధ్యానభ్యాస తీరుని వారి జీవితంలో ప్రవేశపెడతారు. బాలత్వం ఐదు సం||లు వుంటుంది. ఏడు సం||లు వయస్సు తర్వాత బాలబాలికలు యువావస్థలో ప్రవేశిస్తారు. మరో ఏడు సంవత్సరాలలో పూర్తిగా బ్రహ్మజ్ఞానులై విలసిల్లుతారు; బ్రహ్మచారి, బ్రహ్మచారిణులవుతారు. యువావస్థలో ప్రవేశిస్తునే దేహ ప్రకృతి పరంగా నూతన సృష్టి కార్యక్రమానికి తగిన శక్తి సామర్థ్యాలు వస్తాయి. కనుక గృహస్థాశ్రమానికి వెంటనే వెళ్ళవచ్చు. కానీ, యువావస్థ ముగిసే వరకూ అంటే బ్రహ్మజ్ఞానం పూర్తి కానంత వరకూ గృహస్థాశ్రమంలో ప్రవేశించరాదు.

యువత్వ ప్రారంభంలోనే బ్రహ్మోపదేశమూ, ఉపనయన కార్యక్రమాలు జరిగి, బాల వయస్సులో పూర్తిగా ధ్యానాభ్యాసమూ, జ్ఞానాభ్యాసమూ జరిగి, యవ్వన వయస్సులో ప్రవేశించే తరుణానికి పూర్తి బ్రహ్మచారులై, బ్రహ్మచారిణులై దేహధారుఢ్యంతో పాటు ఆత్మధారుఢ్యం కూడా సంపూర్ణంగా కలిగివుంటారు. అలాంటి వారు వెంటనే గృహస్థాశ్రమం స్వీకరించి నూతన శిశువులను ప్రకృతి ఒడిలోంచి లాగి వారు శిశుత్వంలో వున్నప్పుడు వారి శరీర పోషణ సక్రమంగా చూసుకుంటూ, వారు కూడా యువ వయస్సులోకి రాగానే వారి ఆత్మోన్నతికి కూడా కారణభూతులౌతు ఈ విధంగా సరియైన పిల్లల పెంపకం జరుగుతుంది.

ఆత్మవిద్య ఉన్నవాళ్ళే ఆత్మానుభవం ఉన్నవాళ్ళే అనేకానేక లోక విద్యలనూ అతి సులభంగా వశం చేసుకోగలరు. నేర్చుకున్న లోక విద్యలను తమ ప్రౌఢదశల్లో, తమ వృద్ధ దశల్లో లోక కళ్యాణప్రదంగా వినియోగించగలరు.
ఆత్మవిద్యలేని మూర్ఖులు తమ విద్యలను వినాశనం కొరకే వినియోగిస్తారు. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా గతంలో జరిగిన దౌర్జన్యాలూ, దోపిడీలూ, మారణహోమాలూ, మరి ప్రస్తుతం జరుగుతూన్నదౌర్జన్యాలూ, దోపిడీలూ, మారణహోమాలూ, ఇవన్నీ కూడా పిల్లల పెంపకం సరిగ్గా లేనందుకే గదా. జన్మతః స్వచ్ఛమైన పిల్లల స్వార్ధపూరితులై, అస్వచ్ఛమైన పెద్దలుగా మారినందుకే గదా.

ప్రకృతి ఒడిలోంచి వచ్చిన ప్రతి శిశువూ స్వచ్ఛమైనదే. అత్యంత సుద్ధమైనదే. కానీ, మూర్ఖపు తల్లిదండ్రుల చేతిలో, మూర్ఖపు సంఘం యొక్క అజ్ఞాన వాతావరణంలో పెరిగిన శిశువులు తమ తల్లిదండ్రులను పోలిన, తమ సంఘానికి పోలిన మూర్ఖుల్లానే తామూ తయారవుతారు. యథా రాజా తథా ప్రజా కదా

సరియైన పిల్లల పెంపకంలో ఉండే అంశాలు విశ్లేషించుకుందాం.

శిశు అవస్థలో ఉన్నప్పుడు సరియైన ఆహారం ఇవ్వాలి; అంటే కేవలం శాకాహారం మాత్రమే అలవాటు చెయ్యాలి.
తల్లి ఎప్పుడూ శిశువును వదిలి ఉండరాదు; విధిలేని పరిస్థితుల్లో తప్ప మామూలు పరిస్థితుల్లో శిశువులు తల్లిదండ్రుల దగ్గరే పెరగాలి.
బాల్యావస్థలో ప్రవేశిస్తూనే నూతన బాలబాలికలకు బ్రహ్మజ్ఞానం ప్రభోధించాలి; వారి చేత ధ్యానాభ్యాసం చేయించాలి; వారి ధ్యానానుభవాలను శ్రద్ధతో గ్రహించాలి.

యువావస్థారంభంలో బ్రహ్మజ్ఞానంతో పాటు లోక విద్యలు కూడా ప్రారంభం చేయాలి.

బాలబాలికలను బాల బాలికలుగా చూడకూడదు. వారు కూడా ఎన్నో జన్మల నుంచి ఎన్నో అనుభవాలను పొందిన ఎందరో మహాత్ములై వుండవచ్చు. ఉంటారు, ఏ పుట్టలో ఏ పాము ఉన్నదో గదా, కొద్దిమంది బాలబాలికలే ప్రథమ మానవ జన్మల్లో వుండినవారు ఉంటారు. చిన్న పిల్లలతో వ్యవహరిస్తున్నప్పుడు, పెద్దవాళ్ళతో ఎలా వ్యవహరిస్తామో అలానే వ్యవహరించాలి. వాళ్ళ ఇష్టాయిష్టాలు తెలుసుకోవాలి. మన ఇష్టాయిష్టాలు వాళ్ళపై రుద్ధకూడదు.

పిల్లలను నిర్భయులుగా చేయడం పెద్దవాళ్ళ ప్రప్రథమ కర్తవ్యం; సర్వ విద్యా పారంగతులుగా సకల కళాకోవిదులుగా చేయడం పూర్ణ ఉద్దేశ్యం.

నేటి స్కూళ్ళన్నీ నాటి గురుకులాలుగా తయారవ్వాలి. నాటి గురుకులాలలో ధ్యానం ప్రథమ స్థానాన్ని ఆక్రమించుకుని ఉండేవి. నేటి స్కూళ్ళలో కూడానూ అవన్నీ తిరిగి ప్రథమ స్థానాన్ని ఆక్రమించాలి.

పిల్లల కోకొల్లలుగా ప్రశ్నలు వేస్తూ వుంటారు. ప్రశ్నలకు సరియైన సమాధానాలు తెలిస్తేనే ఇవ్వాలి. తమకు తెలియకపోతే తెలిసిన వాళ్ళ దగ్గరకు వాళ్ళను పంపించాలి. అంతేకానీ వాళ్ళ జ్ఞాన పిపాస మీద నీళ్ళు చల్లకూడదు.
పిల్లల్లో పోటీ తత్వంతో పాటు, పోటీ లేని తత్వం కూడా సరిసమానంగా వృద్ధి చెందుతుంది.

పిల్లల్ని ఏకాంతంగా అప్పుడప్పుడూ వదిలేయాలి. మానవ జీవితం లేక ఏ ప్రాణి జీవితమైనా ఎప్పుడూ ఏకాంతమే కదా. రాబోయే ఏకత్వానికి చిన్నప్పుడే బీజం వేయాలి.

నిర్ణీత సమయాలలో పిల్లలకు మౌనాన్ని నిర్దేశించాలి. ఈ విధంగా ఎన్నో ఎన్నో మౌలిక సూత్రాలున్నాయి పిల్లల పెంపకం విషయంలో. ప్రకృతి పరంగా వున్న తల్లిదండ్రులు నిజమైన తల్లిదండ్రులుగా మారాలి. ప్రతి తల్లీ - ప్రతి తండ్రీ నిజమైన తల్లీ, నిజమైన తండ్రిగా మారిన రోజు ఈ భువి దివి గా, మారిపోతుంది. అంతవరకు అది అసంభవం.

పేరు లో పెన్నూరు

పేరు పేరు కాదు; పేరులో దాగి వుంది మహా - **పెన్నూరు**.
స్వామి అంటే తనను తాను స్వాధీన పరచుకున్నవాడు.
సాధువు అంటే సరళ స్వభావం ఉన్నవాడు.
మౌని అంటే ఎక్కువగా మౌనంలో ఉండేవాడు.
ఋషి అంటే దివ్యచక్షువును ఉత్తేజింప చేసుకున్నవాడు.
మహాఋషి అంటే దివ్యచక్షువుతో సమస్త సృష్టి రహస్యాల్నీ చూసేవాడు.
సజ్జనులు అంటే సత్య స్వరూపాన్ని సూత్ర ప్రాయంగానైనా తెలుసుకున్న జనులు.
భగవాన్ అంటే శాశ్వత భాగాన్ని పొందిన భాగ్యవంతులు.
మహాత్మ అంటే తన్ను తాను అందరికీ సమర్పించుకున్న ఆత్మ. **పరమాత్మ** అంటే తన్ను తాను అందరికీ సమర్పించుకున్న వాళ్ళలో నెంబర్ : 1 అన్నమాట; ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర పరమైన మహాత్ములను పరమాత్ములంటారు. పేరులో ఏముంది? అనరాదు.

పేరులో సర్వస్వమూ దాగి ఉంది; పేరులో మహా పెన్నూరు ఉంది.

"పతంజలి అష్టాంగ యోగం"

పతంజలి మహర్షి ప్రవచించినదే "అష్టాంగ యోగ మార్గం" -

ఎనిమిది అంగాలు కలిగిన సాధనా కార్యక్రమం;

అవి :

యమం .. నియమం .. ఆసనం .. ప్రాణాయామం .. ప్రత్యాహారం

ధారణ .. ధ్యానం .. సమాధి

యమ, నియమాలు సిద్ధ స్థితిని సూచిస్తాయి .. ఒకానొక ధ్యాన సాధకుడు

"ప్రాణాయామ", "ప్రత్యాహార", "ధారణ", "ధ్యానం"

అనబడే "ధ్యాన సాధనా కార్యక్రమం" ద్వారా క్రమక్రమంగా సర్వసమాధానాలు

పొంది సంపూర్ణ సమాధి చిత్తుడయినప్పుడు అంటే, సమాధి స్థితికి ఎదిగినప్పుడు

అతనికి ఇంక యమ, నియమాలు అతి సులభం, అతి సహజం

యమ, నియమాదులు భౌతిక, సాంసారిక జీవితంలో సిద్ధత్వాన్ని సూచిస్తాయి

భౌతిక, సాంసారిక జీవితంలో సిద్ధత్వాన్ని సాధించడం కోసమే ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం

" ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం " అన్నది చిత్తం వృత్తి రహితం అయినప్పుడే లభ్యం

చిత్తం 'వృత్తి రహితం' కావడానికి మొదటగా " ఆసన సిద్ధి " ని సాధించాలి

దానితో పాటు ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసలను గమనిస్తూ వుండాలి .. ఇదే " ప్రాణాయామం "

అప్పుడు బహిరేంద్రియాలు క్రమక్రమంగా అంతర్ముఖం అవుతాయి

అంతర్ముఖం అయిన ఇంద్రియాల వ్యవహారాన్నే " ప్రత్యాహారం " అంటాం

చిత్తం ఆలోచనా రహితమై అంతరేంద్రియాలు ఉత్తేజితమైనప్పుడు

అంతర్ముఖంగా ద్యోతకమవుతున్న అనేకానేక దృశ్యాలను

శ్రద్ధగా గమనించడమే " ధారణ "

" ధారణ " చేస్తూ వుండగా, సూక్ష్మశరీరం హఠాత్తుగా విడివడుతుంది

అదే " ధ్యానం "

సూక్ష్మ శరీర యానం ద్వారా, అంటే,

ధ్యానం ద్వారా ' సమాధానాలు ' అన్నీ లభిస్తాయి - అదే " సమాధి " స్థితి

* **పతంజలి మహర్షి ప్రణీత అష్టాంగ యోగ మార్గం .. జయహో!**

పరిపూర్ణ జీవితం

మానవుడి జీవితం, పరిపూర్ణంగా వుండాలి.
మానవుడి జీవితం లో ఏవో కొన్ని అంశాలు వుంటే లాభం లేదు - అన్ని అంశాలూ ఉండాలి.
మానవుడు అన్ని విద్యలూ నేర్వాలి.
అన్నీ కళల్లోనూ ముందంజ వేయాలి. జీవితంలో వెయ్యేళ్ళు పంటగా వుండాలి.|మానవుడు తన కోసం తాను జీవించాలి. మానవుడు తన కుటుంబం కోసం జీవించాలి. మానవుడు తన గ్రామాన్నీ, పట్టణాన్నీ ఉద్ధరించాలి. ఇదంతా తన్ను తాను భగవంతుడిగా తెలుసుకుంటే చాలా సులభం. ప్రతి మానవుడూ భగవంతుడే. అహం బ్రహ్మాస్మి కదా. ఆ స్ఫూర్తితో జీవితాన్ని పరిపూర్ణం చేసుకుందాం. అందరి జీవితాల్నీ పరిపూర్ణం చేద్దాం.

" పారిజాత పుష్పాలు "

"ఎన్‌లైటన్‌మెంట్" అన్న ఆంగ్ల పదానికి తెలుగులో "యథార్థజ్ఞానప్రకాశం" అని ఒక అర్థం
ఇంకో విధంగా చెప్పుకోవాలంటే...
"ఎన్‌లైటన్‌మెంట్" అంటే "బుద్ధి యొక్క సంపూర్ణ పరిపక్వ స్థితి" మరి
"మానవజాతి వికాసంలోని అత్యున్నతమైన పరాకాష్ఠ స్థితి"
మానవజీవితాన్ని మౌలిక యదార్థస్వరూపంగా తెలుసుకున్నవాడే "ఎన్‌లైటన్డ్ మాస్టర్"
మదర్ థెరిస్సా, మహాత్మాగాంధీ లాంటివాళ్ళు ప్రాపంచికపరంగా ఎన్‌లైటెన్డ్ మాస్టర్స్
గౌతమబుద్ధుడు, మహావీరుడు, ఏసుప్రభువు లాంటి వాళ్ళు ఆధ్యాత్మికపరంగా ఎన్‌లైటెన్డ్ మాస్టర్స్
సకలప్రాణికోటి యొక్క ఉన్నతికీ, ప్రగతికీ చేత అయినంత సహాయ సహకారాలను సదా అందిస్తూ వుండేవాళ్ళే "ఎన్‌లైటెన్డ్ మాస్టర్స్"
ప్రాపంచిక ఎన్‌లైటెన్‌మెంట్ - యథార్థజ్ఞానప్రకాశం .. అన్నది తొలిమెట్టు
ఆధ్యాత్మిక ఎన్‌లైటెన్‌మెంట్ - దివ్యజ్ఞానప్రకాశం .. అన్నది మలి మెట్టు
"నిరంతర పరోపకారం" అన్నది ప్రాపంచిక ఎన్‌లైటెన్‌మెంట్ అయితే
దానితో పాటుగా "పరలోక జ్ఞానాన్ని" పొందుతూ వుండటమే " స్పిరిచ్యువల్ ఎన్‌లైటెన్‌మెంట్"
భువి కి సంబంధించినది "యథార్థజ్ఞానప్రకాశం" అయితే
"స్పిరిచ్యువల్ ఎన్‌లైటెన్‌మెంట్" అంటే "పరలోకజ్ఞానంతో కూడిన ఆత్మయొక్క పూర్ణ వికసితస్థితి"
పరలోక జ్ఞానంతో పరిపుష్ఠం అయివున్నవాళ్ళే దివ్యజ్ఞానప్రకాశంతో నిండిన మాస్టర్స్
"ఎన్‌లైటెన్‌మెంట్"కు "స్పిరిచ్యువాలిటీ" అన్నది తోడైతేనే పుష్పానికి తావి అబ్బినట్లు!
"తావి లేని పుష్పం" సంపూర్ణమైన పుష్పం కాజాలదు కదా!
ప్రతి మానవుడికి యొక్క ధ్యేయం.. దివ్యజ్ఞానప్రకాశంతో కూడినసుగంధపరిమళభూయిష్టమైన "పారిజాత పుష్పం"లా విలసిల్లడమే!
"పారిజాత పుష్పం" అన్నది భువి కి సంబంధించిన మామూలు పుష్పం కాదు ..

అది "దివి" కి సంబంధించిన "దేవలోకపు కుసమం"
స్పిరిచ్యువల్ ఎన్‌లైటెన్‌మెంట్ = "పారిజాత పుష్పం"
స్పిరిచ్యువల్ ఎన్‌లైటెన్‌మెంట్ =
ధ్యానభ్యాసం + సజ్జనసాంగత్య అభ్యాసం+ స్వాధ్యాయ అభ్యాసం
ఎంత ఎక్కువగా ధ్యాన అభ్యాసం చేస్తే..
ఎంత ఎక్కువగా స్వాధ్యాయం అభ్యాసం చేస్తే ..
ఎంత ఎక్కువగా సజ్జనసాంగత్య అభ్యాసం చేస్తే ..

అంత ఎక్కువగా మనం సుగంధ పరీమళభరిత దివ్యపారిజాత పుష్పాల్లా వికసిస్తాం
పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ దివ్యజ్ఞానప్రకాశంతో వికసించిన పారిజాత కుసుమాలు!
భూలోకంలో ఇక అందరూ పారిజాత పుష్పాలుగా వికసించెదరు గాక!

పరమహంస

మానవ జన్మలో పాటించవలసినవి - రెండే రెండు.
అందులో ఒకటి వదలిపెట్టవలసినది; రెండవది చేపట్టవలసినది.
వదలి పెట్టేయవలసింది హింస; మానవుణ్ణి దానవునిగా చేసేది - హింస;
చేపట్టవలసింది – హంస హంస అంటే శ్వాస;
మానవుణ్ణి దానవునిగా చేసేది – హింస మానవుణ్ణి దివ్యునిగా చేసేది - హంస;
ప్రతి యోగి ఒక పరమహంస.
నిత్యయోగ సాధకులే పరమహంస లు కాగలరు.
పిరమిడ్ సాధకులే పరమ హంసలు.
పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ పరమ హంసలు.
ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని ప్రజలందరినీ ఇక హంసలుగా పరమహంసలు గా మార్చడానికి కంకణం కట్టుకున్నాయి
పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీలు.
హంస ను అనుసరిద్దాం ; పరమహంస లవుదాం.

పండితా సమదర్శినః

పండితా సమదర్శినః,
ధ్యాన విజయులైన వారు ప్రపంచంలో ఎలా విహరిస్తారు?
ఏ విధంగా అంటే అద్భుతమైన సమదర్శనం తో సంచరిస్తారు.
సమదర్శనం లో విహరిస్తారు.

విద్యా వినయ సంపన్నే బ్రాహ్మణే గవి హస్తిని
శుని చైవ శ్వపాకే చ పండితా సందర్శినః.

అంటే ఒక బ్రాహ్మణుడు, అంటే ఒక బ్రహ్మజ్ఞాని, అందులోనూ విద్యా వినయ సంపన్నుడైనవాడు -
ప్రపంచంలో అన్ని రకాల మనుష్యలనూ సమభావం తో చూస్తాడు.
వారు ఎంతటి సాధువులైనా, ఎంతటి క్రూరులైన, ఎంతటి జ్ఞానులు అయినా, ఎంతటి మూర్ఖులైన.

పై శ్లోకంలో హస్తిని, గోవు అన్న పదాలు సాధుత్వానికీ, జ్ఞానత్వానికీ ప్రతీకలు;
అట్లాగే శుని, శ్వపాకే అన్న పదాలు అల్పత్వానికీ, మృగత్వానికి ప్రతీకలు.
పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ మాస్టర్లు పూర్ణ ధ్యాన విజయులు.
సంపూర్ణ జ్ఞాన సంపన్నులు కనుకనే, వారందరూ సర్వత్రా సమదర్శనం తో
సంచరించేవారు; సర్వవేళల్లో సమదర్శనం లో విహరించేవారు.
ప్రతి మనిషి యొక్క అంతిమ ధ్యేయం సమదర్శిత్వాన్ని సాధించటం -
అన్న సందేశాన్ని మనకు శ్రీ కృష్ణ పరమాత్ముడు అందించాడు.
ఈ సనాతన సందేశాన్ని, సనూతనంగా మనం మన వంతుగా అందరికీ ఇద్దాం.

పంచేంద్రియాలు

ఈ ప్రపంచాన్ని మనము దేనితో లోపలికి లాగుతున్నాము? కళ్ళతో, చెవులతో, నాసికతో ... అంటే ఇంద్రియాలతో లాగుతున్నాము. పంచేంద్రియాలు .. అంటే జ్ఞానేంద్రియాలతో లాగుతున్నాము. వాటిలో ముఖ్యమైనది నయనేంద్రియం అంటే కన్ను. కళ్ళకు రెప్పలు ఎందుకున్నాయంటే కళ్ళు తెరవడానికి, మూయడానికి. చెవులకు రెప్పలు వున్నాయా? లేవు. ఎందుకంటే చెవులకు సమస్య లేదు. కళ్ళకే సమస్య వుంది కనుక కళ్ళకు రెప్పలు వున్నాయి. కళ్ళతో ఏమి సమస్య అంటే మనం పనికిరానివన్ని చూస్తూనే వుంటాము. కనుక కనురెప్పలు ఎందుకున్నాయంటే అవసరమైనప్పుడు మాత్రమే కళ్ళు తెరవండి. అవసరం లేనప్పుడు కనురెప్పలతో కళ్ళను మూసేయండి. 80% ఈ ఆత్మ యొక్క శక్తి కళ్ళలో నుండి బయటకి వెళుతుంది. ఈ శక్తిని పనికొచ్చేవాటికి మాత్రమే ఉపయోగించాలి, పనికిరానివాటికి కనురెప్పలతొ మూసేయాలి. ఉదాహరణకు ఎవరైనా ఇద్దురు కొట్టుకుంటున్నారు, ఏదో పిచ్చిగా కొట్టుకొంటున్నారు. నేను వారివైపు చుడాలా వద్ధ? చూడకూడదు, వారిద్దరు కొట్టుకుంటుంటే నాకెంటి అవసరము? అంటే అవి పనికిరాని విషయం, చూడకూడని విషయం. నువ్వేంచేయాలి, నువ్వు కళ్ళు ముసుకొని ధ్యానంలొ కూర్చోవాలి.

మీ చెవులు ఎప్పుడూ చక్కటి సంగీతాన్నే వినాలి. మీ కళ్ళు ఎప్పుడూ చక్కటి దృశ్యాలనే చూడాలి. మీ చెవులు ఎప్పుడూ చెత్త మాటలు వినకూడదు. మీ కళ్ళు ఎప్పుడు చెత్త ద్రుశ్యాలు చూడకూడదు.

మీ పనులు మీవే. మీ పనులు అయిన తరువాత మీ ధ్యానంలో మీరు నిమఘ్నం కావాలి. ఎందుకంటే మీరుకూడ ఒక వాల్మీకిలా, ఒక వేద వ్యాసుడిలా కావాలి.

కనుక గుర్తుంచుకోండి, పక్కింటి విషయాలు మీకు చెత్త. అలాగే, మీ ఇంటి విషయాలు పక్కింటివారికి చెత్త. మీ ఇంటి కాకి పక్కింట్లొ వాలకూడదు. పక్కింటి కాకి మీ ఇంట్లొ వాలకూడదు. ఇవన్నీ మీకు సాధారణ విషయాలుగా కనిపించ వచ్చును. కానీ ఇవి చాలా చాలా పెద్ద విషయాలు ఆధ్యాత్మిక జీవితంలో, ఆధ్యాత్మిక సాధనలో, ఆధ్యాత్మిక ప్రయణంలో ఎవరి ఇంటి విషయాలు వారికే పరిమితం. పక్క ఇంట్లో చావు మనకు అనవసరం. పక్క ఇంట్లో పెళ్ళి మనకు అనవసరం. కాని, వారి ఇంట్లో ధ్యానం వుంటే మాత్రం తప్పకుండా వెళ్ళాలి

"పండితుడు"

"ఆత్మజ్ఞానం సమారంభ స్తితిక్షా ధర్మ నిత్యతా,
యమర్థా నాపకర్షన్తి స వై పండిత ఉచ్యతే"
= వ్యాస మహాభారతం

"ఆత్మజ్ఞానం కలవాడు - నిష్కర్మత, ఆలస్యం లేకుండా పనులను ప్రారంభించేవాడు -సుఖదుఃఖాలు, హానిలాభాలు, మానావమానాలు, నిందాస్తుతులు వీటన్నింటినీ పొంది కూడా హర్ష శోకాలకు లోనుకానివాడు - ధర్మంలోనే నిత్యమ్ నిశ్చయంగా ఉండేవాడు -
ఉత్తమోత్తమ పదార్థాల, విషయ వస్తువుల ఆకర్షణకు లొంగని మనస్సు కలవాడే 'పండితుడు'. "
= దయానంద - గోపదేవ్ ఆధారంగా

"పండితుడు" అంటే వ్యాసుని దృష్టిలో కేవలం శాస్త్రపఠనం చేసి శ్లోకాలు వల్లెవేయగలిగినవాడు కాదు; అతడు ఆత్మజ్ఞాని, యోగి, సకల గుణరాశి

"పంచ వింశతి"

'వింశతి' అంటే వందలో ఐదవ భాగం
'పంచ' అంటే అయిదు కనుక, 'పంచ వింశతి' ఆంటే 'ఇరవై అయిదు'
పురుష-ప్రకృతి కలయికే 'సృష్టి'
ఇరవై అయిదు తత్వాలతో కూడుకుని వుంది ఈ 'సృష్టి'.
'పురుషుడు' అంటే మూలచైతన్యపు శకలం-అంటే 'జీవుడు'
అంటే, 'జీవాత్మ' లేక 'అంశాత్మ' అన్నమాట
పురుషుడి యొక్క సంఖ్య – ఒకటి
ఇరవై నాలుగు తత్వాలతో కూడుకుని వున్నది 'ప్రకృతి'
ప్రకృతిలో ప్రవేశిస్తూ జీవుడు మూడు తొడుగులను ధరిస్తాడు - అవి:
1)కారణ శరీరం 2) సూక్ష్మ శరీరం 3) స్థూల శరీరం
కారణ శరీరం యొక్క సంఖ్య - 2: అవి = 'చిత్తం' + 'అహంకారం'.
సూక్ష్మ శరీరం యొక్క సంఖ్య - 17; అవి = పంచ తన్మాత్రలు + పంచ
జ్ఞానేంద్రియాలు + పంచ కర్మేంద్రియాలు + మనస్సు + బుద్ధి
('తన్మాత్ర' అన్నవి పంచ మహాభూతాల యొక్క సూక్ష్మ రూపాలు)
స్థూల శరీరం యొక్క సంఖ్య - 5; అవే పంచ మహాభూతాలు
కనుక, ఈ భౌతిక లోకంలో భౌతిక దేహధారి అయిన జీవుడి సంఖ్య 'పంచ విశంతి' = 1+2+17+5=25

మనిషి భౌతికపరంగా చనిపోయినప్పుడు అతని సంఖ్య = 25_5=20 అవుతుంది
సూక్ష్మ లోకాల నుంచి కారణ లోకాలకు పోయినప్పుడు అతని సంఖ్య = 20_17=3 అవుతుంది ఆత్మజ్ఞానం కలిగినప్పుడు - అంటే, అహంకారం నశించి
చిత్తం పరిశుద్ధమయినప్పుడు అతని సంఖ్య =3_2=1 అవుతుంది
అప్పుడు ఇక హాయిగా అద్వైతంగా, పురుషోత్తముడిగా,
పరమాత్ముడిగా, శాశ్వతంగా విలసిల్లుతాడు.
ఇదే కపిల మహాముని ప్రణీత సాంఖ్యయోగ సారాంశం

"పాపం - పుణ్యం - జ్ఞానం"

ధమ్మపదం లో **బుద్ధుడు** చెప్పాడు

**"ఇద సోచతి, పెచ్చ సోచతి, పాపకారీ ఉభయత్థ సోచతి . .
ఇథ మోదతి, పెచ్చ మోదతి, కతపుఙ్ఞ ఉభయత్థ మోదతి"** (పాళీ భాష)

"పాపకర్ముడు ఇహపరాలు రెండింటిలోనూ దుఃఖిస్తాడు ;
పుణ్యకర్ముడు ఇహపరాలు రెండింటిలోనూ సుఖిస్తాడు"
పాపం = అజ్ఞానం, అధర్మాచరణం వలన
పుణ్యం = ధర్మాచరణం వలన
దివ్యజ్ఞానం = ధ్యానం వలన
అధర్మాచరణ వలన ఈ లోకం లోనూ, పరలోకాల్లోనూ,
దుఃఖప్రాప్తి, మరి తిరిగి జననం కలుగుతాయి;
ధర్మాచరణం వలన ఈ లోకంలోనూ, పరలోకాల్లోనూ, సుఖప్రాప్తి లభిస్తుంది;

అయితే, తిరిగి జననం ఖచ్చితంగా సంప్రాప్తిస్తుంది

"క్షీణే పుణ్యే మర్త్యలోకం విశంతి" అన్నారు కదా గీతాచార్యులు కానీ,

దివ్యజ్ఞానప్రకాశం వలన ఈ లోకంలోనూ, పరలోకాల్లోనూ

అఖండానంద ప్రాప్తితో పాటు జన్మరాహిత్యస్థితి కూడా లభిస్తుంది

**కనుక, మన దినచర్యలన్నింటిలోనూ ధర్మాచరణాన్ని అవలంబిస్తూ,
మిగిలిన సమయాన్ని దివ్యజ్ఞానప్రకాశ సంప్రాప్తికి వెచ్చించాలి;
అలా జీవితం మొత్తం గడపాలి; అదే సరియైన జీవితం**

"పాపాలు - వ్యాధులు"

పూర్వజన్మలలో చేసిన పాపాలే ఈ జన్మలో వ్యాధులుగా అవతరిస్తాయి
"పూర్వజన్మ కృతం పాపం వ్యాధిరూపేణ పీడ్యతే"అని కదా లోకోక్తి
మనం చేసిన పాపకర్మలే మళ్ళీ మళ్ళీ మన కాళ్ళకు చుట్టుకుంటూ వుంటాయి
జీవిత చేదు అనుభవాల ద్వారానే జ్ఞానపాఠాలు నేర్చుకుంటాం
జ్ఞానపాఠాలు నేర్చుకుంటేనే వ్యాధులు మౌలికంగా మాయమవుతాయి.

"అపి చేదసి పాపేభ్య సర్వేభ్య పాపకృత్తమ :
సర్వం జ్ఞానప్లవేనైవ వృజినం సంతరిష్యసి" - భగవద్గీత (4:46)

అంటే,
"నువ్వు అందరికన్నా హీనాతిహీనమైన పాపాత్ముడవయినా, 'జ్ఞానం' అనే గాలి వీచడం
వలన సర్వపాపాలూ, సర్వరోగాలూ అంతరించిపోతాయి" అని
"జ్ఞానాగ్ని దగ్ధ కర్మాణం" . ." అన్నారు కదా గీతాకారులు
ఆత్మజ్ఞానం వలన **పూర్వపు సంచిత పాపకర్మ** అంతా దగ్ధం అవుతుంది

ధ్యానం వల్లనే **ఆత్మజ్ఞానం** వస్తుంది కదా
అనుభవిస్తున్న వ్యాధుల నుంచీ, మరి రాబోయే వ్యాధుల నుంచీ
శాశ్వతంగా తప్పించుకోవాలి అంటే . . ధ్యానమే ఏకైక శరణ్యం
డాక్టర్ల వలన కానీ, మందుల వలన కానీ, వ్యాధుల పోవు గాక పోవు
లేని జబ్బులను కూడా నిజానికి అ విషతుల్య మందులు తీసుకుని వస్తాయి

రోగాలకు మూలం పాపకర్మలు
పాపకర్మలకు మూలం అవిద్య
అవిద్యను నాశనం చేసేది ధ్యానమే, ఆత్మజ్ఞానమే

" 'పాదం' కాదు .. 'పదం' పట్టుకోవాలి"

మనమందరం దిగివచ్చిన దేవుళ్ళం

ఎక్కడెక్కడి లోకాల నుంచో ఇక్కడికి అంటే భూలోకానికి దిగివచ్చిన దేవుళ్ళం. ఎలాగంటే మనం అందరం ఈ హాలులోకి ఎక్కడెక్కడి నుంచో వచ్చాం. ఈ హాలుకూ మనకూ ఎలాంటి బంధం లేదు. ఇక్కడ రెండు గంటలు వుంటాం, మళ్ళీ తిరిగి మన స్వస్థానాలకు .. మన ఇళ్ళకు వెళ్ళిపోతాం. ఎందుకు వచ్చాం? తిరిగి ఎందుకు వెళ్తాం? ఎందుకు వచ్చాం అంటే "ఎవరో ఓ స్వామీజీ వస్తారట, ఏదో చెబుతారట. ఏ పుట్టలో ఏం వుందో? విందాం తెలుసుకుందాం. పనికి వచ్చేదయితే ఆచరిద్దాం.. లేదంటే ఈ చెవితో విని ఆ చెవితో విడిచిపెడదాం".

తెలియంది మనం తెలుసుకుంటాం ; ఏది అంతవరకు తెలియదో అది తెలుసుకుంటాం; తెలుసుకుని తిరిగి మన ఇంటికి మనం వెళ్తాం. అలాగే ఎన్నెన్నో లోకాల నుంచి మనం ఇక్కడికి వచ్చాం; దిగి వచ్చాం; ఇక్కడ అన్నీ తెలుసుకుంటాం. తిరిగి మన లోకాలకు మనం వెళ్తాం. 'దిగి' వచ్చిన మనం కొంచెం 'ఎదిగి' వెళ్ళాలి. ఎలా వచ్చామో అలా వెళ్ళకూడదు.. ఎదిగి వెళ్ళాలి. ఒకే జన్మలో అన్నీ తెలుసుకోలేం. ఒకొక్క జన్మలో కొంత కొంత తెలుసుకుంటాం. తెలుసుకుని తీరలి.. "మనకు ఎన్ని జన్మలు వుంటాయి?" అంటే సగటున 400 జన్మలు. మూర్ఖుడైతే వాడు చేసిన పాపపు, చెడు కర్మల వల్ల ఈ నాలుగు వందలు, అయిదు వందల దాకా వుండవచ్చు. వారి మూర్ఖత్వం, అలసత్వం వలన, హింస వలన, ఎన్నో పాపపు కర్మలు ప్రోగు చేసుకుంటారు.

ఒక చిన్న చేప సముద్రంలో చక్కగా ఆడుకుంటోంది. వీడొక వేటగాడిలా వలవేసి పట్టుకుని, చంపి తింటున్నాడు ..ఎంత దారుణం. ఒక మేకపిల్ల చెంగు .. చెంగున .. ఎగురుతూ ఆడుకుంటోంది. అ ఆడుకునే మేకపిల్లని చంపి ఆ కుళ్ళిన శవాన్ని .. ఆ కంపు కొడుతూన్న శవాన్ని తింటున్నారు. ఎంత దరిద్రం.. రామచంద్రా; చేసిన చెడు కర్మలు అన్నీ అనుభవించాలి.

వర్తమానంలో హింసతో వుంటే భవిష్యత్ అంతా అంధకారం. అయోమయం .. అస్తవ్యస్తం .. వర్తమానంలో మనం ఎంత అద్భుతంగా వుంటే మన భవిష్యత్ అంత మహాదానందంగా వుంటుంది. వర్తమానంలో వున్న ఒకానొక ఆత్మ .. మూర్ఖాత్మస్థాయి నుంచి .. దుష్టాత్మస్థాయి నుంచి .. శుభాత్మస్థాయి నుంచి .. మహాత్మస్థాయి నుంచి .. "పరమ ఆత్మ" స్థాయికి ఎదగాలి.. ఈ జన్మలోనే

ఈ జన్మలో నేర్చుకోవాల్సింది ఈ జన్మలోనే నేర్చుకోవాలి. లేకపోతే ఇప్పుడు నేర్చుకోవాల్సింది నేర్చుకోకపోతే ఆ నేర్చుకోవడం కోసం అంటే అదే పని కోసం, లేదా అదే తరగతి కోసం,మళ్ళీ మళ్ళీ పుట్టాలి.

గుడికి వెళ్ళి గుడి చుట్టూ తిరుగుతూ "అదే ఆధ్యాత్మికత" అనుకుంటూ వున్నారు? భ్రమలో వున్నారు? అది భౌతికపరమైన శ్రమ మాత్రమే. "దేవుడు ఎక్కడ? దేవుడు ఎక్కడ?" అని దేవులాడే వాడు దేవుడు; మనమే దేవుళ్ళం.

మన జీవితం అజ్ఞానం ద్వారా చేసిన చేష్టల ద్వారా ముడి మీద ముడిలా వుంటుంది. ఒక్కొక్క జన్మలో ఒక్కొక్క ముడి విప్పుకుంటూ వుండాలి. చివరగా అన్ని ముడులు విప్పి "పరమ ఆత్మ" గా ఎదిగి ఇక్కడ నుంచి నిష్క్రమించాలి. మనం ఎన్ని పాపాలు చేసామో మనకే తెలుసు .. మనం ఎన్ని పుణ్యాలు చేసామో మనకే తెలుసు .. వేరే ఎవరో వచ్చి చెప్పక్కరలేదు. మన ఆకలి మనకు మాత్రమే ఎలా తెలుసో .. అలా అన్నమాట. ఈ ఆత్మ మరి "పరమ ఆత్మ" గా నిష్క్రమించడమే మన లక్ష్యం కావాలి. ఇది ధ్యానం ద్వారానే సాధ్యం ధ్యానం మనకు అన్నీ ఇస్తుంది; ఇహలోకంలో సౌఖ్యం, పరలోకంలో సంపద.

ధ్యానాన్ని అందరికీ అందించడమే "పరమ ఆత్మ"ల కార్యం. ఏది నేర్చుకుంటే ఇక ఏమి నేర్చుకోవలసిన అవసరం లేదో .. ఏది ఇస్తే ఇంక ఏమి ఇవ్వవలసిన అవసరం లేదో .. ఏది చేస్తే ఇంక ఏమి చేయవలసిన అవసరం లెదో .. ఏది తీసుకుంటే ఇంక ఏమి తీసుకోవలసిన అవసరం లేదో .. అది నేర్చుకోవాలి .. అది ఇవ్వాలి .. అది చేయాలి.. అది తీసుకోవాలి. అదే ధ్యానం, ధ్యానం, ధ్యానం. ఈ సత్యం నేను 30 సం||ల క్రితం తెలుసుకున్నాను. అప్పటి నుంచి ధ్యానం అందరికీ ఇస్తూనే వున్నాను. మనం అందరం అందరికీ ఇవ్వవలసింది ధ్యానం ఒక్కటే.

రమణ మహర్షి మౌనం అందించారు; గౌతమ బుద్ధుడు ధ్యానం అందించాడు. అయితే మన పాత్ర శుభ్రంగా లేదు, మన మనస్సు, మన బుర్ర చెత్తతో నిండిపోయింది. ఈ చెత్తని శుభ్రం చేసుకోవాలి .. అది శుభ్రం చేసుకోకుండా అందులో పాయసం పోసినా విషంగానే వుంటుంది. ముందు మన పాత్ర శుభ్రంగా వుండాలి. మన మనస్సు శుభ్రంగా వుంటే అందరూ చెప్పేది మనకు అర్థమై, వంటబడుతుంది.

ఎవరి మనస్సులోని చెత్తను వారే శుభ్రం చేసుకోవాలి. నేను శుభ్రం చేయను ; చేయలేను . మీ తల మీద నా చేయి పెడితే ఏమిరాదు .. నా చెయ్యి మీ తల మీద పెడితే తలనొప్పి పోదు.. మీ తలలోని చెత్తపోదు. అలాగే నా పాదాలు తాకితే ఏమిరాదు అందరూ వంగి వంగి దండాలు పెడుతున్నారు; నా పాదాలకు వున్న దుమ్ము మీ చేతి అంటుతుందే తప్ప ఇంక ఎలాంటి ప్రయోజనమూ చేకూరదు.

సచిన్ టెండుల్కర్" పాదాలు తాకితే క్రికెట్ ఎలా రాదో "త్యాగరాజ స్వామి" పాదాలు తాకితే సంగీతం ఎలా రాదో.. నా పాదాలు తాకితే మీకు ధ్యానం, జ్ఞానం రావు. నా పాదాలు కాదు నా "పదాలు" పట్టుకోవాలి. పాదాలకు నమస్కారం కాదు .. నా పదాలకు .. నమస్కారం చేయాలి.

నా పదం నా నోట్లోంచి రాలేదు .. నాలోంచి వచ్చింది. దీన్నీ పట్టుకోవాలి. మీరు వింటున్నారు అంటే మీ చెవులు వినడం లేదు .. మీరు వింటున్నారు. నేను ఈ వస్త్రం ఎలా కాదో నేను ఈ చెయ్యి, కాలు, చెవి కాదు. నేను ఈ వస్త్రం తీసేస్తే మారిపోతానా? రేపు ఇంకొక కొత్త వస్త్రం వేసుకుంటాను. అంతేకానీ నేను మారను.. నేను నేనే … "(బ్యాగులోంచి ఫ్లూట్ తీస్తూ) .. ఈ వేణువులో సంగీతం వుంది. నేను 40 సం|| సాధన చేసాను కనుక నేను వాయించగలను. ఈ వేణువు యొక్క సృష్టి మానవుడు చేసింది. ఈ దేహం సృష్టికర్త సృష్టి. మానవుని సృష్టి అయిన ఈ వెదురులోనే ఇంత సంగీతం వుంటే ఆసృష్టి కర్త సృష్టించిన ఈ ఆత్మలో ఎంత సంగీతం వుంటుందో. మన జీవితానికి మనం సృష్టికర్త. ఈ శరీరాన్ని సృష్టికర్త సృష్టించాడు ..

ప్రధమ సృష్టికర్త నా జీవితం నా సృష్టి: నా శరీరం సృష్టికర్త సృష్టించాడు. నా చేతలు నా సృష్టి; నా చూపులు నా సృష్టి; నా మాటలు నా సృష్టి; నా కోరిక నా సృష్టి; 30 సంవత్సరాల క్రితం ధ్యానం నేర్చుకోవడం నా స్రుష్టి; 40 సం|| సంగీతం నేర్చుకోవడం నా సృష్టి.

"మన జీవితాలకు మనమే సృష్టికర్తలం. మన పాపాలకూ, మన పుణ్యాలకూ, మన రోగాలకూ, మన దుఃఖాలకూ మనమే సృష్టికర్తలం. పాపానికి పాప ఫలితం, పుణ్యానికి పుణ్యఫలం దక్కుతుంది. మూడు రకాల కర్మలు వున్నాయి. పాప కర్మలు ,పుణ్య కర్మలు, ధ్యాన కర్మలు.

ఏ ప్రాణినైనా హింసిస్తే - పాప కర్మ
ఏ ప్రాణికైనా సహాయం చేస్తే - పుణ్య కర్మ
ధ్యానంచేస్తే - ధ్యాన కర్మ

"ఓషో రజనీష్"

ఓషో... వారెవా, వాట్ ఎ గ్రేట్ మాస్టర్.

రజనీష్ పుస్తకాలు చదివితేనే జీవితం. అవే వినోదం – మహావినోదం
అవే ఆనందం – మహాఆనందం అవే జ్ఞానం – మహావిజ్ఞానం
ప్రపంచంలో వున్న ఎందరెందరో జ్ఞానుల గురించీ,
వారి సహజ జీవిత విధానాల గురించీ, దివ్య ధ్యానానుభవాలను గురించీ,
పరిధి లేని ఆత్మవికాసం గురించీ, వేలకొద్దీ చిరు జ్ఞానకథలనూ,
చిన్నిచిన్ని కథానికలనూ ఉదహరిస్తూ "న భూతో న భవిష్యతి" అన్న విధంగా సుమారు 650 పుస్తకాల్లో
విస్తృతంగా విశ్లేషించిన అద్భుత జ్ఞాని ఓషో రజనీష్.

నూతనం, నిస్సంకోచం, నిర్భయం, నిత్యానందమయంఅయిన జీవనశైలిని దివి నుంచి భువికి దించ సాహసించిన దివ్యమూర్తి ఓషో రజనీష్

"ఓషో రజనీష్" అంటేనే దురభిప్రాయం పెట్టుకున్నవారు, ఆయన పుస్తకాలేవీ చదవకుండానే ఆయనను నిందించేవారు, మహాముదనష్టపు జాతకులు.

ఓంకారంలో వివిధ ఆత్మస్థాయిలు

ఓంకారం లో సృష్టి అంతా ఇమిడి వుందనీ, ఓంకారాన్ని అవగతం చేసుకోగలిగితే సృష్టిరహస్యమంతా ఔపోసన పట్టినట్లేననీ, అదే ప్రణవనాదమనీ, అదే సర్వదేవతా స్వరూపమనీ ... మనం వింటూ వస్తున్నాం. అయితే, వీటితో పాటుగా జన్మ - కర్మల సమగ్రత్వాన్నీ, ఆత్మపురోగతినీ వ్యక్తీకరించటంలో ఓంకారపు ప్రాశస్త్యాన్నీ మనం ఇప్పుడు ప్రత్యేకంగా తెలుసుకుందాం.

మనిషి అంటే ఆత్మ మరి శరీరం అనే రెండింటి కలయిక. శరీరపు ఎదుగుదల, శరీరపు స్థాయిల గురించి మనకు మామూలుగా తెలిసిన సంగతే. అయితే రహస్యాంశమైన ఆత్మస్థాయిలు అనేవి ఓంకారంలో ఎలా ఇమిడి ఉన్నాయో చూద్దాం.

ఓం లో అయిదు భాగాలు ఉన్నాయి. ఆ అయిదు భాగాలూ మానవ ఆత్మపురోగతిలో అయిదు క్రమస్థాయిలను సూచిస్తాయి.

ఓం లో మొదటి భాగం శైశవాత్మ నూ, బాలాత్మ నూ సూచిస్తుంది.

శైశవాత్మలూ మరి బాలాత్మలు కేవలం శరీరానికి మాత్రమే ప్రాధాన్యతనిస్తారు. తమోగుణ ప్రధానులై, పూర్తి అమాయకత్వంలో నిండి ఉంటారు. తినటం, పడుకోవటం తోనే జీవిస్తూంటారు. మనిషి అంటే శరీరం మాత్రమే అంటారు; శరీరాన్ని సౌకర్యంగా ఉంచుకోవటానికీ, సుఖపెట్టటానికీ మాత్రమే నిరంతరం ప్రయత్నిస్తూంటారు.

ఓం యొక్క రెండవ భాగం యవ్వన దశ లో ఉన్న ఆత్మస్థాయికి సంకేతం.

వీళ్ళు రజోగుణ ప్రధానులు. మనస్సును ఆధారంగా చేసుకుని ప్రవర్తిస్తూ వుంటారు. జీవితంలో ప్రతీదీ పేరు, ప్రతిష్ట, అన్న వాటికోసమే అంటారు. సర్వవేళలా, సర్వత్రా ప్రాధాన్యత తమకే కావాలనుకుంటారు. విపరీతమైన మాయతో నిండి ఉంటారు. ఎవ్వరు ఏమైనా సరే, ఏం చేసి అయినా సరే మేము, మా పరివారం సంతోషంగా ఉంటే చాలు అనుకుంటారు. అశుభమైన అలోచనలు నిరంతరం చేస్తూ ఉంటారు.

ఓం యొక్క మూడవ భాగం ఓ ప్రౌఢ ఆత్మ కు సంకేతం. ఇది సాత్త్విక గుణప్రధానమైనది, నిరంతరం ప్రజలందరినీ ఉద్ధరిద్దాం, అందరికీ మంచి చేద్దాం అన్న ఆలోచనలతో బుద్ధి ప్రధానంగా వ్యవహరించే శుభాత్మలు వీరు. అందరినీ ఉద్ధరిద్దాం, ఏదో చేసేద్దాం అన్న సరిక్రొత్త మాయలో పడి కొట్టుకుపోతుంటారు. ఓం లోని నాలుగవ భాగం, అర్ధ చంద్రాకారం, వృద్ధ ఆత్మలను సూచిస్తుంది ఇది ధ్యాన జీవితానికి సంకేతం. వృద్ధాత్మలు సదా శుద్ధ సాత్వికత్వం తో నిండి ఉంటారు. తాము శరీరం ఎంత మాత్రం కాదనీ, ఆత్మలమనీ గ్రహిస్తారు.

ఓం లోని అయిదవ భాగం అర్ధచంద్రాకారం మధ్యలో ఉన్న చుక్క. ఇది పూర్ణాత్మ కు సంకేతం. వీరు నిర్గుణులు. సర్వదేశకాల పరిస్థితుల్లోనూ అఖండమైన జ్ఞానమయ ఆనందమయ జీవితాలను గడుపుతూంటారు.
ఈ విధంగా మానవ ఆత్మ అమాయకత్వం నుంచి పూర్ణాత్మగా మారే వరకు గల వివిధ స్థాయిలు ఓంకారం లో ఇమిడి ఉన్నాయి.

ఈ విధంగా ఓం గురించి తెలుసుకోగలిగితే మానవ పరిణామ క్రమమంతా సంపూర్ణంగా తెలుసుకున్నట్లే.

"ఒక యోగి ఆత్మకథ"

శ్రీ యోగానంద పరమహంస వ్రాసిన మహత్తరమైన పుస్తకం "ఆటోబయోగ్రఫీ ఆఫ్ ఎ యోగి" (Autobiography of A Yogi)" అదే తెలుగులో "ఒక యోగి ఆత్మకథ" "మహావతార్ బాబాజీ" గురించి చెప్పిన పుస్తకం
మహావతార్ బాబాజీ అంటే ఈ భూమిని పర్యవేక్షిస్తున్న పరమ గురువుల్లో అగ్రగణ్యుడు అన్నమాట. ఈ పుస్తకంలో ముఖ్యంగా - యుక్తేశ్వర్ గారి "పునరుత్థానం" అనే అధ్యాయం -
మొత్తం పుస్తకానికే తలమానికమైనది.
చనిపోయిన తరువాత శ్రీ యుక్తేశ్వర్ గారు సశరీరులుగా తిరిగి వచ్చి శ్రీ యోగానంద గారికి మరణాంతర జీవితం గురించి వివరించి చెప్పిన అద్భుత అధ్యాయం.

"ఒక యోగి ఆత్మకథ" పుస్తకం
చదివినవాడు నిస్సంశయంగా జిజ్ఞాసువుగా వెంటనే మారి తీరుతాడు.

ఓంతత్సత్– III

" అసఫలతలు" ... "అపజయాలు"

"FAILURES" … "DEFEATS"

"సఫలతలు" ... "జయాలు, విజయాలు"

"SUCCESSES" ... "VICTORIES"

తెలుసుకోవలసిన సత్యం ఏమిటంటే అసఫలతలు "అసఫలతలు" కానవసరం లేదు !సఫలతలు "సఫలతలు" కూడా కాకపోవచ్చు !

ప్రతి ఒక్కరికీ "భూతల జీవితం" అన్నది ఒక మహా "కలగూరగంప" ...
సాధారణంగా ఊర్ధ్వలోకాలలో వుండే మనం ...
"సఫలతలు", "అసఫలతలు" .. ఈ రెండింటినీ
సమాన పాళ్ళల్లో స్వయానా ఎంచుకుని మరీ భూలోకానికి వస్తాం ...
వాటిని యధాతధంగా అనుభవించడానికి !!
ఆ యా భిన్న, భిన్న పరిస్థితులలో.. ఆ యా భిన్న, భిన్న అనుభవాల మూలకంగా ..
సకల సుగుణాలనూ ఆత్మగతంగా సంతరించుకునే అవకాశాలు వుంటాయి గాబట్టి .. ఆ యా విశిష్ట పరిస్థితులను ఎంచుకోవడం జరుగుతుంది.

భౌతిక-తల జీవితంలో అపజయాలు సంభవించినప్పుడు కొన్ని ప్రత్యేకమైన సుగుణాలను ..
ఉదా : "ఓర్పు" - "సహనం" - "శాంతం" - "మౌనం" ... లాంటి గుణాలను ..
సంతరించుకోగలిగే ప్రయత్నాలనూ, అభ్యాసాలనూ చేయాలి ;
అలా కాకుండా అపజయాలలో అధికంగా కృంగిపోతే
అప్పుడే అది మనకు నిజమైన "అపజయం" అవుతుంది ..భౌతిక-తల జీవితంలో ఎదుర్కొనే అపజయాలకు మనం అధికంగా కృంగకపోతే ..
మరి ద్విగుణీకృత ఉత్సాహంతో మన కర్తవ్యాల పట్ల మనం పునరంకితం అయితే ..

అప్పుడు అది "నిజమైన విజయం" గా భాసిస్తుంది.
అదేవిధంగా,భౌతిక-తల జీవితంలో విజయాలు లభ్యమయినప్పుడు ..
.. మరి కళ్ళు నెత్తికి ఎక్కితే ... అప్పుడు కూడా అది మనకు "నిజమైన అపజయం" అవుతుంది.
ఒకానొక "భౌతిక-తల విజయం" అన్నది కూడా
మన ఆత్మ-తల అజ్ఞానం ద్వారా "ఆత్మ యొక్క అంతరంగ అపజయం" గా మరి దిగజారిపోయే ప్రమాదం పుష్కలంగా వుంది !

భౌతిక-తల విజయాలు వచ్చినప్పుడు
“అహంకార రాహిత్యం” అన్న సుగుణాన్ని అభ్యాసం చేయడం నేర్చుకోవాలి
అలాగే ప్రత్యర్థుల నేర్పరితనాన్ని కూడా అభినందించగల సుగుణాన్ని సంతరించుకోగలిగితే
మరి అంతకన్నా గొప్ప “అంతరంగ విజయం” అన్నది వుండబోదు !
“భౌతిక-తల అపజయం” అన్న దానిలో కూడా
“ఆత్మ యొక్క అంతరంగ విజయం” అన్నదానిని అత్యంత సులభంగా సాధించవచ్చు ..
ధ్యాన, ఆధ్యాత్మిక సాధనల ద్వారా !
ఆత్మ యొక్క అంతరంగ విజయమే నిజమైన విజయం
ఆత్మ యొక్క అంతరంగ అపజయమే నిజమైన అపజయం

ఓం తత్ సత్

" ఒక్కగానొక్క కోరిక "

నా ఒకే ఒక్క కోరిక .. నా ఒకే ఒక్క కర్తవ్యం .. నా ఒకే ఒక్క లక్ష్యం .. నా ఒకే ఒక్క కల ..
అహింసాయుతమైన భూమాత సాక్షాత్కారాన్ని కళ్ళారా వీక్షించడం
కేవలం " తిండి " కోసం జంతుజాతినీ, పక్షి జాతినీ, మత్స్యజాతినీ పరమక్రూరంగా చంపుకుని తింటూన్న
మానవాళి యొక్క ఆటవిక, వికృత, అనాగరిక చర్యలను చూసి కుమిలిపోతోంది భూమాత
ప్రస్తుతం భూమండలం ఒక మహానరకకూపంలా వుంది
ఇది ఒక మహాస్వర్గధామంలా అయితీరాలి
శోకతప్తురాలయిన భూమాతని స్వాంతన పరచడం
భూమాత బిడ్డలుగా మనందరి బాధ్యత
హిమాలయసదృశంగా పెరిగిపోతోన్న మానవాళి యొక్క అమానుష రాక్షస చర్యలనుంచి
భూమాత ను పరిరక్షించడమే నా/మన ఉద్యమ లక్ష్యం
ఇందకుగాను .. ధ్యానప్రచారాన్ని ముమ్మరం చేయాలి
ఎందుకంటే
" ధ్యానం " ద్వారా మాత్రమే ప్రతిఒక్కరూ తమలోని దివ్యత్వాన్ని తెలుసుకుంటారు
మరి " దివ్యజ్ఞానప్రకాశం " పొందినవారే హింసాత్మక క్రూరచర్యలనుంచి బయటపడతారు
" సకల జంతుజాతి అంతాకూడా మనలాంటి ఆత్మస్వరూపాలే " అని మానవులు గుర్తించి తీరాలి
ఆత్మశాస్త్ర అవగాహన ద్వారా తమ బుద్ధిని సరిచేసుకున్న విచక్షణాజ్ఞానమూర్తులు మాత్రమే
మరి కేవలం ఆహారార్థం ఇతర జంతువులను చంపి తినే మూర్ఖుల బుద్ధిని సరిచేయగలుగుతారు
మీరు ‘ ధ్యానయోగులు ’ కావచ్చేమో కానీ .. మీరు శాకాహారులైతేనే నేను మీకు మోకరిల్లుతాను
మీరు ‘ దివ్యదృష్టి కలవారు ’ కావచ్చేమో కానీ .. మీరు శాకాహారులైతేనే నేను మీకు మోకరిల్లుతాను

మీ ' కుండలినీ ' జాగృతమై ఉండవచ్చేమో కానీ .. మీరు శాకాహారులైతేనే నేను మీకు మోకరిల్లుతాను
మీ దగ్గర కోటానుకోట్ల లోకాల జ్ఞానం ఉండవచ్చేమో కానీ .. మీరు శాకాహారులైతేనే నేను మీకు మోకరిల్లుతాను
మీరు సూక్ష్మలోకవిహారులు కావచ్చేమో కానీ .. మీరు శాకాహారులైతేనే నేను మీకు మోకరిల్లుతాను
మీరు ఆత్మశాస్త్రకోవిదులు కావచ్చేమో కానీ .. మీరు శాకాహారులైతేనే నేను మీకు మోకరిల్లుతాను
అసలు మీరు ఎవరన్నదీ నాకు ముఖ్యం కాదు ..
" మీరు జంతుసోదరులపట్ల దయతో కూడిన మిత్రులు/హితులు అవునా, కాదా ? " అన్నదే నాకు ముఖ్యం
నా/మన భూమాత తన జంతు బిడ్డల ప్రళయ భీకర చావు రోదనల నుంచి విముక్తి చెంది
చిరునవ్వుతో మనల్ని ఆశీర్వదించేంతవరకు నా/మన " అహింసా-ధర్మ ఉద్యమం " ఆగదు
ఈ భూమిమీది చిట్టచివరి మనిషి కూడా శాకాహారి అయ్యేంతవరకు నేను ఇక్కడే ఉంటాను
అదే నా దృఢ నిర్ణయం
- బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ

" ఒకానొక బుద్ధుడు "

ఒకానొక " బుద్ధుడు " అంటే .. ఒకానొక సగటు మనిషి
ఒకానొక " బుద్ధుడు " అంటే .. అందరూ సగటు సామాన్య మనుష్యులే అని తెలుసుకున్నవాడు
ఒకానొక " బుద్ధుడు " అంటే .. తనలో ఏ ప్రత్యేకతలూ లేవు అని తెలుసుకున్నవాడు
ఒకానొక " బుద్ధుడు " అంటే .. ఇతరులు అందరిలో కూడా ఏ ప్రత్యేకతలూ లేవు అని తెలుసుకున్నవాడు
ఒకానొక " బుద్ధుడు " అంటే .. తాను ఒక శూన్యం అని తెలుసుకున్నవాడు
ఒకానొక " బుద్ధుడు " అంటే .. ఇతరులు అందరూ కూడా శూన్యం అని తెలుసుకున్నవాడు
ఒకానొక " బుద్ధుడు " అంటే .. తాను ఒక మహాశూన్యం అని తెలుసుకున్నవాడు
ఒకానొక " బుద్ధుడు " అంటే .. ఇతరులను కూడా ఒక మహాశూన్యం అని తెలుసుకున్నవాడు
ఒకానొక " బుద్ధుడు " అంటే .. తన శరీరంతో తాను తాదాత్మ్యం చెందినవాడు
ఒకానొక " బుద్ధుడు " అంటే .. తన రోజువారీ సాధారణ దినచర్యల కార్యక్రమాలతో తాదాత్మ్యం చెందినవాడు
" రోజువారీ సాధారణ దినచర్యలు " అంటే .. " తినడం " .. " కూర్చోవడం " .. " చూడడం ".. " మాట్లాడడం " .. " వినడం " .. " పనిచెయ్యడం " .. " చదవడం " .. ఇంకా ఇంకా
" walk while you are walking .. Eat while you are eating "
అన్నాడు కదా జగద్విఖ్యాతమైన ఒకప్పటి బుద్ధుడు
ఒకానొక " బుద్ధుడు " అంటే సమాజపరంగా తన కర్తవ్యకర్మల్లో తాదాత్మ్యం చెందివున్నవాడు
ఒకానొక " బుద్ధుడు " అంటే .. సకలప్రాణకోటితో తాదాత్మ్యం చెందివున్నవాడు
" బుద్ధుడు " అన్న పదానికి మారుపేరే .. " తాదాత్మ్యత "
తన శూన్యంతో తాను తాదాత్మ్యత ; తన బాహ్యంతో తాను తాదాత్మ్యత

అసలు " సంఘర్షణ " అన్న పదానికి తావులేనిదే .. " బుద్ధత్వం "
" భయం " .. " దుఃఖం " .. " సంశయం " .. " ఆవేశం " అన్న పదాలకు తావులేనిదే " బుద్ధత్వం "
అనుక్షణం మార్పు చెందుతూ ఉండే .. రూపాంతరం చెందుతూ ఉండే .. బాహ్యంతరాలను
చిరుమందహాసంతో గమనించే శాశ్వతమృదుగంభీరతత్వమే .. " బుద్ధత్వం "
బుద్ధుళ్ళందరికీ వందనాలు
ఇప్పటికే బుద్ధుళ్ళు అయినవాళ్ళందరికీ వందనాలు
ఇక ముందు బుద్ధుళ్ళు కాబోయేవాళ్ళందరికీ వందనాలు చిత్తగించవలెను

ఇట్లు
ఇప్పటి ఒకానొక బుద్ధుడు

" ఒక గంట సేపు .. దమం "

" మనస్సు మహాచంచలమైనది అది బలమైనది, అది దృఢమైనది, ప్రమాదకరమైనది .. మరి దానిని నిగ్రహించడం చాలా కష్టం వాయువును నియత్రించడం ఎంత కష్టమో .. మనస్సును నియత్రించడం అంతకంటే కష్టం "

అన్నదే అర్జున ఉవాచ" చంచలం హి మనః కృష్ణ ప్రమాథి బలవద్ధృఢమ్
తస్యాహం నిగ్రహం మన్యే వాయోరివ సుదుష్కరమ్ "
నిజమే .. మనస్సు మహా దుర్నిగ్రహమైనది
కనుక .. ప్రప్రథమంగా .. మనస్సుకన్నా ముందు .. ఇంద్రియాలను జయించ బూనాలి
బహిరేంద్రియ నిగ్రహం .. " దమం "
అంతరేంద్రియ నిగ్రహం .. " సమం "
మనస్సును జయించడం " సమం " .. ఇంద్రియాలను జయించడం .. " దమం "" దమం " ను సుదీర్ఘ ప్రయత్నం ద్వారా సాధించినవాడే ధ్యాని
మరింత ప్రయత్నం ద్వారా " సమం " ను సాధించినవాడే .. యోగి

" ఇంద్రియాణాం నయనేంద్రియం ప్రధానం "
సకల ఇంద్రియాలలో అంత్యంత ప్రధానమైనవి నయనాలు
కళ్ళుమూసుకుని ఒక గంటసేపు కూర్చోవాలి
మనస్సు ఎంత గగ్గోలుపెడుతున్నా కళ్ళు మాత్రం తెరవకూడదు
మనస్సు ఎంత సతమతమవుతున్నా కళ్ళు మాత్రం తెరవకూడదు
మనస్సు ఎంత గజిబిజిగావున్నా కళ్ళు మాత్రం తెరవకూడదు
ఒక గంటసేపు కళ్ళు ససేమిరా తెరవకూడదు
ప్రారంభంలో అయిదు నిమిషాలు కళ్ళు మూసుకుని కూర్చోవడమే కష్టం ..
కానీ .. మెల్లిమెల్లిగా కూర్చోగలం
అలవాటు అయ్యాక కళ్ళు తెరవడమే కష్టంగా వుంటుంది
" తినగ తినగ వేము తియ్యగనుండు "
హాయిగా కూర్చోవాలి

ఎప్పుడూ కదులుతూ ఉండే శరీరాన్ని వీలయినంత కదలకుండా ఉంచాలి
ఎప్పుడు మాట్లాడుతూ ఉండే నోటిని ఒకగంటసేపు కట్టేసుకోవాలి
ఎప్పుడూ చూసే కళ్ళను ఒక గంటసేపు మూసి వుంచాలి
ఇదంతా " దమం " క్రింద లెక్క

" దమం " అన్నది " ఒకానొక బలవంతపు క్రియ "
" దమననీతి " అంటే " బలవంతంగా అణగద్రొక్కడం "
" బలప్రహారం " చేయవలసినది కేవలం ఇంద్రియాల మీదే
మనస్సు మీద " బలప్రహారం " అన్నది అసంభవం
ఒక గంటసేపు బలవంతంగా కళ్ళను మూసేసుకుని కూర్చోవాలి
" దమం " అభ్యాసం చేస్తూన్నప్పుడు మనస్సు అన్నది ఇంకా చంచలంగానే వుంటుంది
వాస్తవానికి " దమం " యొక్క ప్రారంభదశల్లో మనస్సు అన్నది మరింత విజృంభిస్తుంది
అయినా అనేకానేక ఆలోచనలు తెరలు తెరలుగా వస్తూన్నా కళ్ళు ససేమిరా తెరువరాదు .. చేతులు ఎంత మాత్రం విప్పరాదు .. ఆసనంలోంచి అస్సలు లేవరాదు
నిర్ణీత సమయం ప్రకారం ప్రతిరోజూ " నయనేంద్రియనిగ్రహసాధన " లో ఉండి తీరవలె
క్రమక్రమంగా " దమం " ను సాధించితీరవలె
" దమం " అనే ప్రక్రియకు తోడుగా " శ్వాస మీద ధ్యాస " కూడా ఉన్నప్పుడు
" సమం " అనే మనోలయస్థితికి అత్యంత సహజంగా చేరుకుంటాం
ఒక నలభైరోజుల్లో .. ఎవరైనా సరే .. " దమం " అనే స్థితికి వచ్చి ధ్యాని అవుతారు
మరొక నలభైరోజుల్లో .. ఎవరైనా సరే .. " సమం " అనే స్థితికి వచ్చి యోగి అవుతారు
మొదటి మెట్టు తరువాతే రెండవ మెట్టు
" దమం " ద్వారానే " సమం "
first comes first .. second comes second
హాలాహలం తర్వాతే అమృతం .. పురుటి నొప్పుల తర్వాతే పురుడు
సహనంతో " దమం " అన్న స్థితిని దాటి .. " సమం " అన్న స్థితిలోకి ప్రవేశించవలె
" దమం " జయహో ! " సమం " జయ జయహో !!

" ఒడిషా .. ధ్యానమహాచక్రం - పత్రీజీ సందేశామృతం "

మనం కాలానికి అతీతులం

ఆత్మస్వరూపులం అయిన మనం అంతా కూడా కాలానికి అతీతంగా జీవిస్తున్న వాళ్ళం! ఆత్మకు కాలం, దూరం, వేగం, సన్నివేశం, సంఘటనలు, ప్రాంతాలు అన్న పరిమితులు ఉండవు. ' మమాత్మా సర్వభూతాత్మాం ' అన్న వేదవాక్యాన్ని అనుసరించి సర్వశక్తివంతులమైన మనం ఆత్మస్వరూపుల్లా అంతటా, అన్ని చోట్లా, అన్ని దేశాల్లో వున్నాం!

ఇంతగొప్ప శక్తివంతులమైన మనం ఎప్పటికప్పుడు ధ్యానం, స్వాధ్యాయం, సజ్జన సాంగత్యాదుల ద్వారా స్వీయ ఆత్మస్థితి పట్ల ఎరుకను కలిగివుండాలి. ఇదంతా కూడా ' ఆధ్యాత్మికత ' అనబడుతుంది .. మరి ఆధ్యాత్మికత ద్వారా తన స్వస్థితిని తాను తెలుసుకున్నవారే సమాజంలో నిజమైన సేవ చేయగలుగుతారు. 'సేవ చేయడం' అన్నది మామూలు విషయం కాదు!! అసలు 'ఆధ్యాత్మికత' యొక్క అంతిమ అర్థం .. సేవ చేయడమే! అంటే ప్రతిఫలాపేక్ష లేకుండా ఇతరులకు సహాయం చేయడమే! ఆత్మతత్త్వాన్ని అర్థం చేసుకోకుండా సమస్యల వలయంలో పడి కొట్టుమిట్టాడుతున్న వారికి ఆధ్యాత్మిక సేవ చేయడం .. ధ్యాన-జ్ఞానాదుల ద్వారా వారి ఆత్మ నిజస్థితిని వారికి తెలియజేయడం అన్నది సేవల్లోకెల్లా .. అత్యుత్తమమైన సేవ!

ప్రస్తుతం ఇక్కడ ఈ భూలోకంలో ఉంటూ మనం తెరముందు పాత్రలను అభినయిస్తున్నాము. తెరవెనుక ఇంకా భువర్లోకం, సువర్లోకం, తపోలోకం, సత్యలోకం, జనాలోకం మరి అనేకానేక ఇతర నక్షత్రలోకాలు ఎన్నెన్నో ఉన్నాయి. భూలోకంలో మన నాటకం పరిసమాప్తి అయ్యే వరకు మనకు తెరవెనుక లోకాలనుంచి మార్గదర్శకాలూ, సూచనలూ అందుతూనే వుంటాయి. వాటిని అందుకునే సత్తా మనలో వుంటే మన జీవితాలు ధన్యం అవుతాయి! అలా కొన్ని సార్లు మనం తెరముందు నాటకం వేస్తాం .. మరి కొన్ని సార్లు తెరవెనుక కూడా వుండి .. తెరముందు నాటకం వేసే వాళ్ళకు మార్గదర్శకాలూ సూచనలూ, ఇస్తూంటాం.

ఇలా తెరముందూ, తెరవెనుకా మనం ఇష్టం వచ్చినట్లు ఉండడం అన్నది అంతా కూడా మన బుద్ధివికాసాన్ని బట్టి జరుగుతూ వుంటుంది. ధ్యానం స్వాధ్యాయం, సజ్జన సాంగత్యాదుల ద్వారా బుద్ధిని ఎప్పుడూ పదునుగా ఉంచుకుంటూ వుండాలి. అతిగా మాట్లాడే అలవాటును మానుకోవాలి. అందుకు విశేషంగా ' మౌనాభ్యాసం ' చేయాలి.

పరిపక్వతతో మాటలను ఎంచుకుని మరీ మాట్లాడాలి. ప్రతిక్షణం జీవితాన్ని జీవించడం నేర్చుకోవాలి. ' మనం అంతా కూడా స్వీయ అంగీకారంతోనే ఈ భూమ్మీద దైవ ప్రణాళికను అమలు పరచడానికి వచ్చిన దేహధారులం ' అన్న ఎరుకతో వుండాలి.

అనేక జన్మలుగా మాంసాహారాదుల వంటి హింసాత్మక చర్యల వల్ల మలిన పరచబడి వున్న మన ప్రాణమయకోశాన్ని ధ్యానశక్తితో శుద్ధిపరచుకోవాలి. అప్పుడే మన ' దివ్యచక్షువు ' ఉత్తేజితమై భూతలాన్ని దాటి భూత, భవిష్యత్ వర్తమానాలను చూసుకోగలిగే శక్తిని పొందగలుగుతుంది. దివ్యచక్షువు దర్శనాల ద్వారా ఎప్పుడయితే మనకు గతం సంపూర్ణంగా అవగతమై భవిష్యత్తుపట్ల చక్కటి అవగాహన వస్తుందో అప్పుడు మనకు వర్తమానం ' ఒక బహుమతి ' గా మిగిలిపోతుంది.

ఇవన్నీ కూడా కేవలం ప్రాపంచిక జీవితంలో మునిగి ఉన్నంత కాలం మనకు అర్థం కావు. మూడు పూటలా తింటూ, ముప్పొద్దులా నిద్రపోతూ, పిల్లల్ని కని పెంచడమే జీవిత పరమార్థం అనుకోవడం మూర్ఖత్వం! అందుకోసమే కష్టపడి ఇంతదూరం రానవసరం లేదు! బుద్ధిజీవులమైన మనం ఇంతకంటే ఉన్నతంగా జీవించగలగాలి.

"అందుకే జీసస్ క్రైస్ట్ .. ' Man cannot live by bread alone ' అన్నారు. అంటే " ఈ శరీరానికి కేవలం ముప్పొద్దులా తిండేకాదూ .. విశ్వశక్తి కూడా చాలా అవసరం" అని తేల్చి చెప్పారు. ధ్యానం ద్వారా శ్వాస మీద ధ్యాస వుంచి ఆ విశ్వశక్తిని గ్రహించినప్పుడే మన ఆత్మచైతన్యం మేల్కొంటుంది; మరి అప్పటినుంచే మనం జీవించడం మొదలవుతుంది. సకల చరాచర జగత్తులో మన మనుగడకు మూలం శ్వాస మాత్రమే కనుక .. శ్వాసను ఆధారం చేసుకునే మనం ఇక్కడి నుంచి అక్కడికి, అక్కడి నుంచి ఇక్కడికి రాకపోకలు సాగిస్తున్నాం." రాబోయే రోజుల్లో ప్రపంచంలో ఎక్కడ చూసినా ధ్యానమే వుంటుంది .. మరి అన్ని పరిష్కారాలకూ ధ్యానమే దారి చూపుతుంది. ఇరవై సంవత్సరాలుగా మనం చేస్తోన్న అకుంఠిత ధ్యానప్రచారం వల్ల ప్రపంచాన్ని ఆవరించుకుని వున్న అజ్ఞానం అనే మాయ చీకట్లు తొలగిపోయి .. ఆత్మ సూర్య ప్రకాశం వెలుగులను విరజిమ్మబోతోంది! ఈ విజయ ప్రస్థానంలో ప్రతి ఒక్క పిరమిడ్ మాస్టర్ భాగస్వామ్యం ఎంతో అభినందించదగింది! "

" నిత్యాగ్ని హోత్రుడు "

ఒకానొక బ్రాహ్మణుడికి
" నిత్యాగ్ని హోత్రం " అన్నది తప్పనిసరి కర్తవ్యం
" బ్రాహ్మణుడు " అంటే " బ్రహ్మజ్ఞానం కలిగినవాడు "
" బ్రాహ్మణుడు " అంటే " దివ్యచక్షువును సంపాదించుకున్న యోగి
"ఒకానొక పరమగురువు యొక్క కర్తవ్యం ఏమిటి ?
" నిత్యాగ్ని హోత్రం "
" అగ్ని హోత్రం " అంటే " అగ్నిని ప్రజ్వలింపచేయడం "
" నిత్యాగ్ని హోత్రుడు " అంటే " ఎప్పుడూ అగ్నిని ప్రజ్వలింపచేస్తూ వుండేవాడు "
జ్ఞాన వెలుతురుని ఇరవై నాలుగు గంటలూ విరజిమ్ముతుండేవాడు
" అగ్ని " అంటే " జ్ఞానాగ్ని "
అంటే " తులసీదళం " లోని మొదటి ఆకు : " ఉద్ధరేదాత్మనాత్మానం "
" అగ్ని " అంటే " యోగాగ్ని " కూడా
అంటే " తులసీదళం " లోని రెండవ ఆకు : " నిరంతర ఆనాపానసతి-విపస్సన యోగసాధన "
ఒకానొక యోగి, తాను " యోగి " అయిన తరువాత కూడా
తన సాధనలో నిరంతరంగా నిమగ్నుడై వుంటాడు

తన " దీపం " తగ్గకుండా ఎప్పుడూ చూసుకుంటూ వుంటాడు
అదే సమయంలో ఇతరుల " దీపాలను " కూడా దేదీప్యమానంగా
వెలగించడానికి ఎప్పుడూ కృషి చేస్తూనే ఉంటాడు

*** ప్రతి యోగీ నిత్యాగ్ని హోత్రుడే**

" నిర్వికల్ప సమాధి "

" నిర్ " + " వికల్పం " = నిర్వికల్పం
" వికల్పం " = సంశయం
" నిర్వికల్ప " = సంశయాలు లేని

కనుక " నిర్వికల్పసమాధి " అంటే
" ఏ మాత్రమూ సంశయాలు లేని స్థితి "
దివ్యచక్షువు సంపూర్ణంగా ఉత్తేజితం అయిన తరువాతి స్థితి
తన " పూర్ణాత్మ " గురించి క్షుణ్ణంగా తెలుసుకున్న స్థితి
పూర్ణాత్మతో .. మిగిలిన " పరమగురు పరంపర " తో
అవిచ్ఛిన్న అనుసంధానం కలిగివున్న స్థితి
తన జన్మపరంపర గురించీ
కర్మ పరంపర గురించీ
కర్తవ్యనిష్ఠ గురించీ సంపూర్ణంగా తెలుసుకున్న స్థితి అన్నమాట

*** నిర్వికల్ప సమాధి స్థితి అంటే మహాపరినిర్వాణ స్థితి**
సర్వసంశయ రహిత స్థితి
*** మనస్సు నిర్వికల్పం అయినప్పుడే తోటి వారికి సత్యమార్గం**
చూపించగలం

" నిర్వాణం తర్వాత ? "

"నిర్వాణం"
అంటే "దుఃఖ రాహిత్య స్థితి"
నిర్వాణం తరువాత కూడా స్థితులు వున్నాయి
తరువాత వున్నది జన్మరాహిత్య స్థితి
తదనంతరం సృష్టికర్త స్థితి
అంటే,
తనలోంచి నూతన అంశాత్మలను సృష్టించగల స్థితి
కొన్ని లోకాలనూ సృష్టించగల స్థితి

కనుక,
"నిర్వాణం" అన్నది మొట్టమొదటి స్థితి
తదనంతరం రెండు స్థితులు వున్నాయి.
అవి "పరినిర్వాణం" .. మరి "మహాపరినిర్వాణం"

నిర్వాణం పరినిర్వాణం మహాపరినిర్వాణం
దుఃఖరాహిత్యం జన్మరాహిత్యం సృష్టికర్త పదవి
ఋషి రాజర్షి/మహర్షి బ్రహ్మర్షి
అరిహంత్ బోధిసత్వ బుద్ధ

గౌతమబుద్ధుడు బోధివృక్షం క్రింద ధ్యానం పూర్తిచేసిన
తరువాత "నేను మహాపరినిర్వాణం పొందాను" అన్నాడు

*** గౌతమబుద్ధుడు పొందిన అత్యున్నత మహాపరినిర్వాణ స్థితిని,
ఒకానొక బ్రహ్మర్షి స్థితిని, మనం కూడా పొందాలి .. అదే మన ధ్యేయం**

నిర్ణయాలు

ఎవరి దగ్గరకు వెళ్ళినా ఒకటే జవాబు -
రేపు చూద్దాం, రేపు చేద్దాం.
అదీ ఎంతో సేపు ఆలోచించి అప్పుడు ఇచ్చే జవాబు.
అధముల బ్రతుకులు ఎప్పుడు ఇంతే,
రేపు అనేవాడు అధముడు:ఇవాళ అనేవాడు మధ్యముడు.
ఇప్పుడు అనేవాడు ఉత్తముడు.
రేపు చూద్దాం, అని చెప్పడానికి ఆలోచించనక్కరలేదు.
ఇప్పుడు ఎలా చేద్దాం? అని తెలుసుకోవడానికే ఆలోచించాలి.
మనిషి అంటేనే నిర్ణయాలు.
నిర్ణయాలు తీసుకోనిదే మనిషి జస్ట్ ఎ మెషీన్.
ఏ మెషిన్ కూడా స్వయంగా నిర్ణయాలు తీసుకోలేదు.
నిర్ణయాలు ఎప్పుడూ వర్తమానం లోనే తీసుకోబడతాయి.
నిర్ణయాలు తీసుకోవడానికి ఆలోచించాలి.
ఆలోచించడానికి ఇష్టపడనివాడే రేపు అంటాడు.
తన ప్రగతి మీద తనకు ఇష్టం లేనివాడే రేపు అంటాడు.
ఎప్పటికప్పుడూ తెలివి గా నిర్ణయాలు పోస్ట్‌పోన్ చేయడాన్నే తమోగుణం అంటాం.
సరియైన ఆలోచన లేకుండా తొందరపడి నిర్ణయాలు తీసుకోవడాన్నే రజోగుణం అంటాం.
సశాస్త్రీయంగా ఆలోచిస్తూ నిర్ణయాలను ఎప్పటికప్పుడు తీసుకోవడాన్నే సత్త్వగుణం అంటాం.
ఇక చివరిగా, ఎలాంటి నిర్ణయాలు తీసుకున్నా వాటి పర్యవసనాల గురించి ఏ మాత్రం చింతించని వాడిని ఎంచక్కా నిర్గుణుడు అంటాం.
మనిషి తనను తాను తెలుసుకోవడం అంటే తన నిర్ణయాల తీరును గ్రహించడం అన్నమాట. తనను తాను తమోగుణి గా గానీ రజోగుణి గా గానీ గ్రహిస్తే, గుర్తిస్తే వెంటనే సాత్వికునిగా మారాలి. ఆ తరువాత నిర్గుణి గా పరిణితి చెందాలి.
పిరమిడ్ ధ్యానులందరూ, పిరమిడ్ మాస్టర్స్ అందరూ, ప్రతి క్షణం సరియైన నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు.

రేపు చూద్దాం, రేపు చేద్దాం, అని ససేమిరా అనరు, అనలేరు. ఎప్పటికప్పుడు మనం తీసుకున్న ఊపిరి ఆఖరి నిర్ణయం కాగలదు.
కనుక ఏ నిర్ణయానికి ఆ నిర్ణయమై ఆఖరి నిర్ణయం కాగలదు
ఆఖరి నిర్ణయమే మరణానంతర జీవితాన్ని నిర్దేశిస్తుంది.
కనుక ... ఎప్పటికప్పుడు నిర్ణయాలు ఖచ్చితంగా, సశాస్త్రీయంగా ఉండాలి.
ఎప్పటికప్పుడు ఖచ్చితంగా, సశాస్త్రీయంగా నిర్ణయాలు తీసుకునే పిరమిడ్ మాస్టర్లందరికీ అభినందనలు.

"నిజమైన అస్తిత్వం"

" నీరు పల్లమెరుగు, ధ్యాని మోక్షమెరుగు. ధ్యానం చేస్తే మోక్షం వస్తుంది. ఎక్కువ ధ్యానం చేస్తే మహామోక్షం వస్తుంది. ధ్యానం చేస్తే మోక్షంతోపాటు హెల్త్, వెల్త్ కూడా వస్తాయి. నా దగ్గర పైసా లేదు అయినా విమానాలలో తిరుగుతున్నాను. ఎలా తిరుగుతున్నాను? "

" ప్రతి మనిషి బ్రహ్మస్వరూపుడే, త్రినేత్రుడే. అన్నీ వున్నాయి ఏం లాభం? అంగట్లో అన్నీ వున్నాయి ... కానీ అల్లుడి నోట్లో శని వుంది అన్నట్లుగా తన నోరును కంపు చేసుకుని భ్రష్టుడు అయిపోతున్నాడు. మాంసాహారం తిని సగం ... పరులను నిందించి మరో సగం. శనిదేవతలు ఎక్కడో లేరు ఎవరిని వారే అలా చేసుకుంటున్నారు. 'శని' అన్నదానిని తిరగవేస్తే 'నిశ' అని వస్తుంది. చీకటి బ్రతుకులు బ్రతుకుతున్నారు. ధ్యానం చేయటం కొనసాగిస్తేనే తన నిజమైన అస్తిత్వాన్ని అందుకోగలరు. అలాగే 'శ్వాస మీద ధ్యాస' పెడితే బోధిసత్వుడు, దానితోపాటు ఆధ్యాత్మిక పనులు నిరంతరం చేస్తే బుద్ధుళ్ళు అవుతారు. "

" నిద్రావస్థ "

జీవుడికీ, మరి భౌతిక కాయానికీ, ఎంతైనా అవసరం
ఆ స్థితిలో మనం స్థూలశరీరం వదిలి సూక్ష్మశరీరంతో
ఎన్నో ఇతర లోకాలలో తిరుగుతాం ఎంతోమందితో కలుస్తాం ..
భూత భవిష్యత్ కాలాలను పరిశీలిస్తాం, పరిశోధిస్తాం
" **నిద్రావస్థ** " అన్నది కేవలం శరీరానికే కానీ " ఆత్మ " కు కాదు
" **ఆత్మ** " అన్నది నిరంతరమూ ఎరుకతోనే ఉంటుంది
" **నిద్రావస్థ** " లో మన భౌతిక శరీరం వదిలి సూక్ష్మశరీర అనుభవాలు
పొందిన తరువాత శరీరంలోకి తిరిగి వచ్చినప్పుడు కూడా
కొన్ని అనుభవాలు కొంతైనా,
ఆ జ్ఞాపకాలనే " స్వప్నాలు " అని అంటాం
అమూల్యమైన, అత్యవసరమైన నిద్రావస్థలో మనం :
***క్రొత్త విషయాలను తెలుసుకుంటాం**
* **క్రొత్త శక్తిని సంతరించుకుంటాం**
* **భౌతిక శరీరానికి అతి అవసరమైన విశ్రాంతిని చేకూరుస్తాం**
* **భౌతిక జీవితంలోని సమస్యలకు పరిష్కారమార్గాలను**
సులభంగా తెలుసుకుంటూ ఉంటాం
* **భౌతికంగా తీరని కోరికలను కూడా**
హాయిగా సూక్ష్మలోకాలలో తీర్చుకుంటూ వుంటాం

"నిధి చాలా సుఖమా?"

"నిధి చాలా సుఖమా? రాముని సన్నిధి చాలా సుఖమా?" - అన్నరు శ్రీ త్యాగరాజ స్వామి

మనిషికి ఎంత కావాలి సంపద?
రోజూ పట్టెడన్నం . . ఇంత బట్ట . . కొంత నిద్ర.

అర్థ కామాలను మధ్యమ పక్షంలో ఉంచుకుంటూ
ధర్మమోక్షాలను ఉత్తమ పక్షంలో ఉంచడమే సదా సుఖదాయకం

ఆది శంకరాచార్యుల వారు కూడా
"అర్థం అనర్థం భావయ నిత్యం, నాస్తి తతః సుఖలేశః సత్యం" అన్నారు
అంటే "మితిమీరిన డబ్బు అనర్థాలకు దారి తీస్తుంది ;
అందులో సుఖం లేశమాత్రమైనా లేదు" అని

అలాగే, "యల్లభసే నిజకర్మోపాత్తం, విత్తం తేన వినోదయ చిత్తం"
అని కూడా ఆయన అన్నారు;
అంటే, "కష్టపడి సంపాదించిన ధనం తో హాయిగా వినోదించు" అని

"పైసామే పరమాత్మానహీ; పర్ పరమాత్మమే పైసా హై"
అన్నది మనం ఎప్పుడూ గుర్తించుకోవాలి భక్తరామదాసుకు రాముని సన్నిధిలోనే
నిధి అక్షరాలా దొరికింది గదా.

* **కనుక, కావలసింది "నిధి" కాదు "తారక రూపుని నిజతత్త్వం తెలుకోవడం"**

* **అది, తలపులన్నీ నిమిషమైనా నిలిపితేనే "సాధ్యం" అంటే ధ్యానం ద్వారానే.**

నేను

నేను నఖశిఖపర్యంతాన్ని;
నేను అద్దంలో కనపడే వస్తువును -
- ఇదే మూలాధార నేను.
నేను నీ బాబును; నేను నీ కూతుర్ని;
- ఇదంతా స్వాధిష్ఠాన నేను.
నేను కులపెద్దను; నేను జమీందారును;
నేను అర్హుడిని; నువ్వు అనర్హుడవు
- ఇదంతా మణిపూరక నేను.
నేనంటే ఏమిటో నాకు తెలియదు;
ఏమిటి నేను?
- అనే నేనే అనాహత నేను.
అహం బ్రహ్మాస్మి అన్న సత్యాన్ని
ప్రప్రథమంగా వినిపించుకున్న నేను అనాహత నేను.
అహం బ్రహ్మాస్మి అన్నదాన్ని
అనుభవ పూర్వకంగా తెలుసుకోవాలని
ప్రయత్నించే నేను విశుద్ధ నేను.
ధ్యానసాధన తో దివ్యచక్షువును సంపాదించుకొని
దివ్యచక్షువే తానుగా, తానే దివ్యచక్షువుగా ఉన్న నేను అసలు
నేను, ఆజ్ఞా నేను.
అసలు నేను తో అంతా నేనే, నేనే అంతా అని తెలుసుకున్న నేను
పూర్తి అసలు నేను. అదే

సహస్రార నేను.

" నవ విధ ధర్మాలు "

' ధర్మమా ? ' .. ' అధర్మమా ? '
' ధర్మాచరణమా ? ' .. ' అధర్మాచరణమా ? '
ఎవరి బుద్ధిని వారు పదును పెట్టుకుంటూ ..
ఎప్పటికప్పుడు ధర్మాధర్మాలను తెలుసుకుంటూ ధర్మాన్నే శరణుకోరుతూండాలి ..
" యతోభ్యుదయ నిశ్రేయస సిద్ధిః స ధర్మః "
.. అన్నారు వైశేషికదర్శన కారకులు – కణాదమహర్షి
అంటే " ఇహలోకపరంగా అభ్యుదయాన్నీ, మరి పరలోకపరంగా జన్మరాహిత్యపదవినీ
ఏదైతే ప్రసాదిస్తుందో .. దాన్ని ' ధర్మం ' అంటారు "

" ధర్మాచరణ "

ధర్మాచరణ ద్వారానే ఊర్ధ్వగతి .. అధర్మాచరణ ద్వారా అధోగతి
" యా మతిః సా గతిర్భవేత్ " అన్నాడు అష్టావక్రుడు
అంటే " మన మతి ఎలా ఉంటుందో మన గతి ఖచ్చితంగా అలానే ఉంటుంది "
మతిని బట్టే గతి
ధర్మాన్ని శరణు కోరితే .. " సుమతి "
ధర్మాన్ని కాలదన్ని .. అధర్మాన్ని చేపడ్తే .. " కుమతి "

" ధర్మోరక్షతి రక్షితః "

" ఎవరి ద్వారా అయితే ధర్మం రక్షించబడుతుందో .. వారి చేత రక్షించబడిన ధర్మం తిరిగి వారినే రక్షిస్తుంది "
ఈ సత్యాన్ని తెలుసుకున్నవాడు ఎప్పుడూ ధర్మరక్షణలోనే తన జీవితాన్ని గడుపుతాడు
ఈ సత్యాన్ని తెలియనివాడు .. తెలిసీ విస్మరించినవాడు .. అధోగతి పాలవుతుంటాడు." అధర్మః భక్షతి రక్షితః "
" ఎవరయితే అధర్మాన్ని రక్షిస్తారో .. ఎవరయితే అధర్మాన్ని పోషిస్తారో .. అధర్మానికి కారణభూతులవుతుంటారో
వారిచేత సృష్టించబడిన అధర్మం .. తిరిగి వారినే భక్షిస్తుంది "

ఎవరికి వారే, కర్మల తీరే....మన వాస్తవాలకు .. సదా .. మనమే సృష్టికర్తలం

" నవ విధ ధర్మాలు "

" **ధర్మం** " అన్నది నవ విధాలుగా మానవ జీవితంలో విరాజిల్లి వుంది

" **ధ్యానధర్మం** " .. ప్రతిరోజూ విధిగా ధ్యాన అభ్యాసంలో వుండడం

ప్రతిరోజూ కొంత సమయాన్ని ఎవరితో వారు గడపడం

ఆత్మ ఆత్మలో ఆత్మగా అణిగిమణిగి వుండడం

" **అహింసాధర్మం** " .. శాకాహారంతోనే మానవ మనుగడను సాగించడం

భౌతికంగా ఏ ప్రాణి పట్ల కూడా అత్యాచారం, హత్యాచారం చేయకపోవడం

" **మిత్రధర్మం** " .. సకలప్రాణికోటి పట్ల స్నేహశీలత

" **కరుణాధర్మం** " .. దయనీయస్థితిలో ఉన్న తోటి ప్రాణులకు సాధ్యమైనంత చేయూతనివ్వడం

" **శాంతిధర్మం** " .. షిరిడీసాయి ప్రవచించిన " సబూరీ " పిరమిడ్ జ్ఞాన నవరత్నాల్లోని " సహనం "

" **ఆరోగ్యధర్మం** " .. పాంచభౌతిక శరీరం పట్ల మన జాగ్రత్త, మన కర్తవ్యం, మన శ్రద్ధ

మితాహారం మరి నిరాహారం .. వీటికి తగిన స్థానం కల్పించడం

" **స్వాధ్యాయధర్మం** " .. బుద్ధిని ఎప్పటికప్పుడు మరింత వికసింపచేసుకుంటూ, మరింత విస్తారం చేసుకునే ప్రక్రియ

" **వినయధర్మం** " .. మనకన్నా ఆయుష్షు, బుద్ధి ఎక్కువ ఉన్నవారి పట్ల ఒదిగి ఉండడం" **దానధర్మం** " .. మనకు అవసరం ఉన్నంత మన దగ్గర తప్పకుండా ఉంచుకుని మన స్వంత అవసరానికి మించి ఉన్న సంపదను లోకకల్యాణనిమిత్తం వినియోగించడం

అయితే .. తనకు మాలిన ధర్మం ససేమిరా పనికిరాదు .. పాత్రనెరిగి దానం చేయాలి

అపాత్ర దానం ససేమిరా కూడదు .. అపాత్ర దానం అంటే అది బూడిదలో పోసిన పన్నీరు.

నష్టో మోహః"

అర్జునుడు

గీతాబోధ అంతా అయిన తరువాత అంటాడు;
"నష్టో మోహ స్మృతిర్ లబ్ధ్వా త్వత్ప్రసాదాన్ మయాచ్యుత" అంటే,
"అచ్యుతా, నీ దయ ద్వారా నా మోహం నుంచి విముక్తుడయినట్లు ?
అసలు ఏ మోహంతో హతుడయినట్లు ?
అర్జునుడు పురుషోత్తముడు
"ప్రాపంచిక మోహం" అతనిని ఎప్పుడూ అంటలేదు.
ఆ యుద్ధసమయంలో అతనికి "ఆధ్యాత్మిక మోహం"
కేవలం క్షణమాత్రం 'గ్రహణం'లా పట్టింది
అయితే, గీతాబోధ వలన అది మరుక్షణం విడివడింది అంటే,
మోహాలలో 'ఆధ్యాత్మిక మోహాలు' కూడా ఉంటాయన్నమాట.

అధములకు ప్రాపంచిక మోహం సహజం;అల్పజ్ఞులు దీని నుంచి జాగ్రత్త పడాలి

ఉత్తములకు ఆధ్యాత్మిక మోహం ప్రతిబంధకం;విజ్ఞులు దీని నుంచి తమను తాము రక్షించుకోవాలి.

నం కాన్సెప్ట్

మానవుడి జీవితం సరళం గా, ఆరోగ్యవంతం గా, ఆనందమయం గా, అర్థవంతం గా జీవించబడాలి అంటే నాలుగు నం లు అవసరం. మొట్టమొదటిసారిగా మానవుడి జీవితం సరళం కావాలి. అంటే మహాత్మా గాంధీగారు అన్నట్లు మానవుడివి కావాలి.

మానవుడి జీవితం సరళం గా ఎలా అవుతుంది? మనం ఏం చేస్తే సరళం అవుతాం ? ఏ విధంగా అంటే - నోర్మూసుకుంటే - అంటే మౌనం పాటించాలి. ఇదే మొట్టమొదటి నం ..

విధిగా రోజుకు కొన్ని గంటలు, మరి వారానికి కొన్ని రోజులు, లేదా కనీసం వారానికి ఒక్క రోజైనా మౌనం పాటించాలి. మానవుడు తన అతి వాగుడు వల్ల లేనిపోని కష్టాల్ని విస్తారంగా కొని తెచ్చుకుంటున్నాడు.

నిరంతరం మితభాషిత్వం వల్లా అప్పుడప్పుడూ సంపూర్ణ మౌనం వల్లా మానవుడి జీవితం అద్భుతంగా సరళం అవుతుంది. కనుక, మొట్టమొదటి సూత్రం ఏమిటంటే మానవుడి జీవితం సరళం కావాలంటే మౌనసాధన అత్యవసరం.

ఇక పోతే, మానవుడి జీవితం ఆరోగ్యమయం కావాలి; మానవుడు నిత్య స్వస్థత కలిగి వుండాలి; సదా శక్తివంతుడై వుండాలి. దీనికి అవసరం రెండవ నం అంటే ధ్యానం.

ధ్యానం వల్లనే నాడీమండలశుద్ధి జరిగి పూర్వ జన్మకర్మల పాపమూలాలు ప్రక్షాళితమై వర్తమాన జీవితం ఆరోగ్యమయంగా, శక్తివంతంగా తయారవుతుంది. అన్యధా శరణం నాస్తి; కనుక, రెండవ సూత్రం ఏమిటంటే ఆరోగ్యానికీ, శక్తికీ తప్పనిసరిగా అవసరం ధ్యానం.

ఇంకా ముందుకుపోతే మనిషి జీవితం ఎప్పుడూ అర్థవంతంగా వుండాలి. ప్రతి చూపూ, ప్రతి తలపూ, ప్రతి పలుకూ,ప్రతి చేష్టా అర్థవంతంగా వుండాలి. దీనికి తప్పదు. మూడవ నం ... అదే జ్ఞానం ... అంటే ఆత్మజ్ఞానం. అంటే, ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానం .. అంటే స్పిరిచ్యువల్ సైన్స్.

అందరికీ తెలసినదే... ఏమిటంటే పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ వారు అందరికీ అందించేదే జ్ఞా నం అని.

మూడవ సూత్రం ఏమిటంటే, మానవుడి జీవితం అర్థవంతం కావాలంటే విధిగా వుండవలసిన వస్తువే ఆత్మజ్ఞానం. ఆత్మజ్ఞానం లేనివాడి ప్రతి చూపూ, ప్రతి తలపూ, ప్రతి పలుకూ, ప్రతి చేష్టా నూటికి మూడొంతులు అర్థరహితమైనవే; ఆత్మజ్ఞానం వున్నవాడి ప్రతి చూపూ,ప్రతి తలపూ, ప్రతి పలుకూ, ప్రతి చేష్టా నూటికి నూరుపాళ్ళు అద్భుత అర్థసహితమే అయి తీరుతుంది.

ఇక పోతే, చివరిగా మానవుడి జీవితం ఆనందమయం కావాలి.

దీనికి వుంది ఒక మార్గం. అదే గా నం ... మధుర గానం. వాస్తవానికి చెవులు ఎందుకున్నాయ్ ? చక్కటి సంగీతం వినడానికే; కంఠం ఎందుకు వుంది ? చక్కటి గానం చేయడానికే.

మానవుడి జీవితం ఆనందమయం కావాలంటే అనేకానేక కళలు నేర్చుకోక తప్పదు. ముఖ్యంగా సంగీత కళ నేర్చుకునే ముందు విశేషంగా వినాలి. కనుక, జీవితంలో మాటలు తగ్గించి పాటలు, సంగీతం వినడం అన్నది హెచ్చించాలి.

ఈ విధంగా మానవుడి జీవితం సరళం గా, ఆరోగ్యం గా, అర్థవంతం గా, ఆనందమయం గా కావాలంటే తప్పదు... నాలుగు **నం** లు. అవే...

మౌ **నం** ; ధ్యా **నం** ; జ్ఞా **నం** ; గా **నం** ...

నోర్మూసుకుంటే మౌనం ;

నోరూ, కళ్ళూ మూసుకుని నాసికలోని శ్వాసను గమనిస్తే ధ్యానం ;

నాడీ మండలం ప్రక్షాళనమయిన తరువాత మెదడును వుపయోగిస్తే జ్ఞానం ;

కంఠాన్నీ, చెవుల్నీ సానబడితే గానం.

" నాడీమండల శుద్ధి "

మన నాడీమండలంలో,
అంటే ప్రాణమయకోశంలో
సుమారు రెండు లక్షల 72,000 నాడులు వుంటాయి.

" నాడి " అంటే " ప్రాణశక్తి ప్రవహించే గొట్టం "
అంటే " ఎనర్జీ ట్యూబ్ " అన్నమాట

" ఆనాపానసతి " మొదలు పెట్టినప్పటి నుంచే
నాడీమండల శుద్ధి జరగడం ప్రారంభం అవుతుంది
అయితే, " నాడులు సాధారణంగా శుద్ధంగా వుండవా ? "
అంటే .. కొన్ని వుంటాయి, కొన్ని వుండవు
మన పూర్వజన్మల పాపకర్మల వల్ల నాడులు అపరిశుద్ధంగా వుంటాయి
" మురికి చేరిన గొట్టాల " మాదిరి వున్న మలిన నాడులన్నీ
కేవలం " ఆనాపానసతి " వల్లనే శుద్ధి అవుతాయి

కుండలినీ జాగృతమయి నాడీశోధనం జరుగుతున్నప్పుడు
అన్నమయకోశంలో విపరీతమయిన నొప్పులూ, బాధలూ వస్తాయి
విసుగు, చీకాకు, కోపం అన్నవి కూడా ఎక్కువుగా వుంటాయి
అయితే, ఇవన్నీ ఎంతో సహనంగా భరించి తీరాలి
అంతేకాకుండా
భౌతికంగా ఆకలి కూడా ఎక్కువుగా వేస్తుంది .. కనుక, ఎక్కువుగా తినాలి

* **ఈ నొప్పులు ధ్యానంలో వున్నంత సేపే వుంటాయి**
కనుక, డాక్టర్ల దగ్గరకు పోరాదు మందులు వాడరాదు
* **నాడీమండలశుద్ధి సంపూర్ణంగా పూర్తి అయిన తరువాతే**
దివ్యచక్షువు యొక్క ఉత్తేజితం జరుగుతుంది

నచికేతుడు

అందరూ 'ప్రజల్పం' తీసివేయాలి ; ధ్యానం చేసి ఆత్మను అనుభవించాలి.
'ప్రజల్పం' తీసివేయాలి; రాక్షసత్వం అంటే హింస; మానవత్వం అంటే మూర్ఖత. మానవులంతా మూర్ఖులు - మాట్లాండవలసింది 'ఆత్మ' గురించి, 'మూడవకన్ను' గురించి, 'బుద్ధుడి' గురించి, 'సోక్రటీస్' గురించి, 'రమణ మహర్షి' గురించి, 'పరలోకాల' గురించి - నచికేతునికి యమధర్మరాజు మూడు వరాలు ఇచ్చాడు. ఒక వరంగా " నా తండ్రి ఎన్నో పాపాలు చేసాడు, పనికిమాలిన వాటికి దానధర్మాలు చేసాడు. అదంతా తీసివేయండి" అన్నాడు. రెండవదిగా, "దేశంలో అందరూ బాగా ఉండాలి" అని కోరాడు. "మూడవదిగా నీకు ఏదైనా కోరుకో" అని యమధర్మరాజు అడిగితే, "మనిషి చనిపోయాక ఎక్కడికి వెళ్తాడు ఆ విశేషాలు కావాలి" అని అడిగాడు. నచికేతునికి పదకొండు ఏళ్ళు - అలా ఉండాలి అందరూ- " మనిషి శరీరమా లేక ఆత్మా?" అని అడిగాడు. పనికొచ్చే మాటలు మాట్లాడటమే దైవత్వం. పనికొచ్చే మాటలు ధ్యానం చేస్తేనే వస్తాయి కనుక 'పనికొచ్చే ధ్యానం' చేయండి. ధ్యానం చేసి ఆత్మను అనుభవించినవాడు దేవుడు. అందరి మాటలూ విని మాట్లాడేవాడు పండితుడు మాత్రమే - అది దివ్యత్వం కాదు.

"నారదుని సలహా"

ఒకానొక సన్నివేశంలో నారదుడు ఈ విధంగా అన్నాడు:
" 'నాకు అనుభవం కాలేదు కనుక అది అవాస్తవం' అని ఎప్పుడూ అనవద్దు, ఏదేని విషయాన్ని శాస్త్రపరంగా. కూలంకషంగా, అధ్యయనం చేస్తేనే వాస్తవం తెలుస్తుంది;
వాస్తవాలు తెలిస్తేనే మరి పరిస్థితులు అవగాహనకు వస్తాయి; పరిస్థితులు అవగాహనకు వస్తేనే మరి సరియైన నిర్ణయాలు చేయగలం."
అందుకే, జీసస్ కూడా అన్నాడు: "JUDGE YE NOT" అని . .
అంటే, "ఎప్పుడూ త్వరపడి ఏ నిర్ణయానికీ రావద్దు" అని
ఏ విషయంలోనైనా నిజమైన అవగాహన అన్నది దివ్యచక్షువుతోనే సాధ్యం
యోగులే దేని గురించైనా సరియైన విధంగా తీర్పునివ్వగల సమర్థులు
యోగులు కాని వారు సమయోచిత తీర్పు ఎప్పటికీ చెప్పలేరు.

"నాలుగు ఆర్య సత్యాలు"

బుద్ధుడు నాలుగు అద్భుత సత్యాలను కనుక్కున్నాడు,
అవి:దుఃఖం అంతటా వుంది
ఈ దుఃఖం 'తృష్ణ' వలన ఏర్పడుతుంది
తృష్ణ 'అవిద్య' వలన వస్తుంది
అష్టాంగ మార్గమే అవిద్యానాశకారి
అష్టాంగ మార్గాన్ని అవలంబించడమే ఏకైక శరణ్యం
దానివల్ల శాశ్వతమైన దుఃఖ - రాహిత్యం కలుగుతుంది
"తృష్ణ" అంటే శృతికి మించిన రాగం.
"తృష్ణ" అంటే లయకు మించిన తాళం
"తృష్ణ" అంటే మితికి మించిన మోతాదు.
"తృష్ణ" అన్నదే వాస్తవానికి దుఃఖానికి ప్రత్యక్ష కారణం.
"తృష్ణా-రాహిత్యం" వల్లనే దుఃఖ-రాహిత్యం కలుగుతుంది.
దుఃఖ-రాహిత్యమే నిర్వాణం
"నిర్వాణం" అన్నా, "ముక్తి" అన్నా, "మోక్షం" అన్నా,
"నిఃశ్రేయసున్న" అన్నా, "అపవర్గం" అన్నా అన్నీ ఒక్కటే, అవన్నీ పర్యాయపదాలే.

" నా దారి ఎడారి "

" నా పేరు బికారి .. నా దారి ఎడారి .. మనసున్న చోట మజిలీ .. కాదన్న చాలు బదిలీ "

(1) " తోటకు తోబుట్టువును, ఏటికి నే బిడ్డను
పాట నాకు సరి జోడు .. పక్షి నాకు తోడు
విసుగు రాదు ఖుషీ పోదు, వేసట లేనే లేదు
అసలు నా మరో పేరు ' ఆనందవిహారి ' "

(2) " మేలుకుని, కలలు కని, మేఘాల మేడపై
మెరుపు తీగలాంటి నా ప్రేయసిని ఊహించుకుని
ఇంద్రధనస్సు పల్లకి నెక్కి కలుసుకోవాలని
ఆకాశవీధిలో పయనించు బాటసారి "

(3) " కూటికి నే పేదను, గుణములలో పెద్దను
సంకల్పమే నాకు ధనం, సాహసమే నాకు బలం
ఏనాటికో ఈ గరీబు కాకపోడు నవాబు
అంతవరకు నేనొక నిరంతర సంచారి "
- పాలగుమ్మి పద్మరాజు
[" శ్రీ రాజరాజేశ్వరీ విలాస్ కాఫీ క్లబ్ " సినిమా (1973)]

అద్భుతమైన పాట ఇది, ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం, ఆత్మ వికాసం మొత్తం నిండి వుంది ఈ పాటలో
" నా దారి ఎడారి " అంటే " బయటంతా శూన్యం "
" నా పేరు బికారి " అంటే " లోపలంతా శూన్యం "
ఈ అవగాహనలో ఎప్పుడూ స్థితమయి ఉన్నవాడే ఒకానొక ' జ్ఞాని '
అతనికొక ప్రత్యేక స్థావరం అంటూ ఏదీ లేదు
అన్ని స్థావరాలూ అతనివే .. అన్ని స్థానాలూ అతని కోసమే
మనసైన చోట మజిలీ చేస్తూ వుంటాడు ప్రయోజనం తీరగానే బదిలీ అవుతూ వుంటాడు.

(1) " తోట " అంటే " వృక్ష సామ్రాజ్యం "
" తోటకు తోబుట్టువును " అంటే
" చెట్లు చేమలే సహయాత్రికులుగా " ఉన్నవాడన్నమాట
" ఏరు " అనేది " ఖనిజ సామ్రాజ్యాన్ని " సూచిస్తుంది
" ఏటికి నే బిడ్డను " అంటే
" ఆ ఖనిజసామ్రాజ్యం నుంచి నేను వచ్చానన్న సంగతి తెలుసుకున్నవాడిని "
" పాట నాకు సరిజోడు " అంటే " తన గానమే, తనకు తోడు " అని
" తనకు తానే తోడు " అని
" వేరే మనుష్యుల సాంగత్యమే అవసరం లేని వాడు " అని
" పక్షి " అన్నది "జంతు సామ్రాజ్యాన్ని " గుర్తుచేస్తుంది
" పక్షి నాకు తోడు " అంటే
" జంతువులతో చక్కగా సహజీవనం చేస్తున్నవాడు " అని అర్థం
ఈ విధంగా ప్రకృతి జీవరాసులతో కలిసి మెలసి వుంటాడు కనుక
ఒకానొక జ్ఞానికి ఎప్పుడూ విసుగు రాదు
అతడు సదా ఖుషీగా వుంటాడు
అతడు అలసట అనేదే ఎప్పుడూ ఎరుగని వాడు
యదార్థానికి అతను " ఆనందవిహారి "

(2) " మేలుకుని కలలు కని " అంటే
ధ్యానంలో సూక్ష్మశరీర యాత్రలు చేయడం
" మేఘాల మేడలో అంటే " పైన ఉన్న ఊర్ధ్వ లోకాలలో " వున్న
" మెరుపు తీగ లాంటి నాప్రేయసి " అంటే మిరుమిట్లు గొలిపే
అత్యంత ప్రియాతిప్రియమైన సర్వశక్తివంతమైన
తన " పూర్ణాత్మ (overself) " అన్నమాట,
"ఊహించుకుని" అంటే "ముందుగా సిద్ధాంతపరంగా తెలుసుకోవడం"" ఇంద్రధనస్సు " పల్లకి " అంటే
" గురువును పల్లకీగా చేసుకుని " అన్నమాట

ఇంద్రధనస్సులో ఏడు రంగులు వుంటాయి
అంటే ఓ గురువు అయినవాడు .. ఓ ఆత్మజ్ఞాని అయినవాడు
తన ఏడు శరీరాలను క్రియాశీలం చేసుకోవడాన్నే ఆ పోలిక సూచిస్తుంది

"ఎక్కి" అంటే "ఆ యోగి సహాయంతో"
"కలుసుకోవాలి " అంటే "పూర్ణాత్మతో అనుసంధానం ఏర్పరచుకోవాలి "
"ఆకాశవీధిలో పయనించు బాటసారి" అంటే
"విశ్వసూక్ష్మ లోకాల యాత్రికుడు కావడం" అన్నమాట
గురూపదేశం పొంది ధ్యాన ప్రక్రియ ద్వారా పూర్ణాత్మ జ్ఞానం పొంది
"ఊర్ధ్వలోకాలలో యానం చేసే యోగి అతడు"అని

(3) అతను "కూటికి పేద" అయినా గుణాలన్నింటినీ సంతరించుకున్నవాడు
సంకల్పశక్తి అతని "ధనం" .. సాహసమే అతని "బలం"
"గరీబు" అంటే ‘ క్రింద ’ వున్న ఆత్మ "
"నవాబు" అంటే "పూర్ణాత్మ లేక సహ విధాత (co-creator) "
" కాకపోడు ఏనాటికో " అంటే
"తాను కూడా ఎప్పటికైనా ఆ పూర్ణాత్మ స్థాయికి చేరుకోగలను" అనీ
" ఒకనాటికి సహవిధాతగా కాగలను " అనీ తెలుసుకున్నవాడు
ప్రతి చిన్న పిల్లవాడూ పెరిగి సహజంగా పెద్ద అయినట్లే ..
ప్రతి మొక్కా పెరిగి వృక్షమైనట్లే ..
" తాను కూడా ఆ విధంగా ఎప్పటికైనా, ఎలాగైనా "బ్రహ్మర్షి" గా
తప్పక అవుతాను అని "ఎరిగినవాడు
"అంతవరకు" అంటే "నవాబు అయ్యేంతవరకు"
"నిరంతర సంచారి" అంటే నిరంతరం సంచరిస్తూ
అందరికీ బోధిస్తూ, అందరినీ ఉత్తేజపరుస్తూ వుంటాడు" అని
" నా దారి ఎడారి .. నా పేరు బికారి "
ఎప్పుడూ లోపలి శూన్యతనూ, బయటి శూన్యతనూ మరిచిపోనివాడు

* **అతడే "ఆనంద విహారి"**
* **అతడే "ఆకాశవీధిలో పయనించే బాటసారి"**
* **అతడే కాబోయే "నవాబు" .. అతడే " తథాగతుడు "**

మూడు సత్యాలు

'ఆధ్యాత్మిక జీవితం' ... అది ఎవరిదైనా నిజంగా ఎంత హాయిగా వుంటుంది. ఎప్పటికప్పుడు తనకు తాను 'చెక్' చేసుకుంటూ, తన గుణగణాలను మెరుగు పెట్టుకొంటూ, తానున్న పరిస్థితులలోనే శాశ్వత ప్రయోజనాలకై కృషి చేస్తూ సాగిపోయే ఆ జీవిత గమనం యొక్క రహదారి దివ్యంగా ఉండదూ, మరి.
సరే ..., ఇప్పుడు ఓ సత్య సిద్ధాంతాన్ని చూద్దాం.

We Won't Get What We Desire, ..We Will Get only What We Deserve.

"మనం కోరుకున్నది మనకు లభించదు, ... మనకు అర్హమైనదే మనకు లభిస్తుంది."
వేటినైతే మనం ఆశిస్తూ, కోరుకుంటూ ఉంటామో అవన్నీ మనవైపోవడం లేదు. వాస్తవానికి దేనిని పొందేందుకైతే మనకు అర్హత ఉంటుందో అది మాత్రవే మనదవుతోంది.
ఇంకొంచెం ముందుకు పోయి
... ఇంకొంచెం లోతైన రెండవ సత్యాన్ని తెలుసుకుందాం:
We Won’t Get What We Deserve, ...We will Get Only What We Need.
"అర్హమైనది దక్కక పోవచ్చు గానీ ... మన నిజమైన అవసరం మాత్రం తప్పకుండా తీరుతుంది."
"నేనంటే ఈ కనిపించే భౌతిక శరీరం మాత్రమే" అనిపించే భ్రమ నుంచి "నేనంటే ఈ దృశ్య ప్రపంచానికి ఆధారమైన ఆత్మ స్వరూపాన్ని” అన్న అవగాహన వచ్చిన తర్వాత ఆత్మ పరిణతిని మించిన శ్రేయస్సు ఇంకేముంటుంది?   అంచేత ఇక అప్పటినుంచి అర్హత ఉంది కదా అని వర్తమాన ఆధ్యాత్మిక జీవితానికి అంతగా ఉపయోగించని భౌతిక జీవిత కోరికలు మనకు తీరవు. కేవలం, ఏవేవి లభిస్తే మన 'ఆధ్యాత్మిక ఎదుగుదల' మరింత ఎక్కువుగా సాధ్యపడుతుందో, అటువంటివి మాత్రమే మనవౌతాయి.

ఇకముందుకుపోయి అత్యంత లోతైన మూడో సత్య సిద్ధాంతాన్ని చూద్దాం.
We Won`t Get What We Need,
... We Will Get Only Those Have That Are Needed For The Society Through Us.

"మన అవసరాలు తీరకపోవచ్చుగానీ ... మన ద్వారా సమాజ ప్రగతికి అవసరాలేవేవైతే వున్నాయో అవి మటుకు తప్పకుండా తీరుతాయి."

ధ్యానిగా, యోగిగా తన జీవిత వైచిత్రాన్ని అంతరంగంలోకి వీక్షించుకున్న ఒకానొక 'ఆత్మజ్ఞాని'కి, ఏ భౌతిక, ఆధ్యాత్మిక అవసరాలైనా ప్రత్యేకించి ఏముంటాయి? తనలోని బ్రహ్మ పదార్థమే సకల జీవరాశిలోనూ స్థితమై భాసిల్లుతోందని గ్రహించిన బ్రహ్మజ్ఞాని కి 'స్వంత పరిణితి' అంటూ విడిగా ఏముంటుంది?

తన వాతావరణాన్నీ, సమాజాన్నీ అన్ని విధాలా ఉద్ధరించే కార్యక్రమంలో అంకిత భావంతో మునిగి ఉంటాడు నిజమైన జ్ఞాని. అప్పుడు "నా ద్వారా ఏం జరిగితే అది సమాజ ప్రగతికి తోడ్పడుతుందో అవి మాత్రమే నాకు లభిస్తూంటాయి." అన్న సద్యోస్ఫూర్తి కలిగి వుంటాడు.

"**మూఢభక్తి . . సద్యోభక్తి**"

"భక్తి" అనేది రెండు దశలలో వస్తుంది
ఒకటి జీవాత్మ యొక్క శైశవదశలో ;
రెండోసారి జీవాత్మ యొక్క పరిణామక్రమంలో అంతిమదశగాప్రాథమిక దశలోని విద్యార్థులకు **"మూఢభక్తి"** తప్పనిసరి
"మూఢభక్తి" అంటే **"దేవుడు ఎక్కడో వున్నాడు"** అనుకోవటం ;
ఆ రాముణ్ణీ, ఆ అల్లానూ, ఆ యెహోవానూ కొలవటం ;
రామకోటి వ్రాయడం, వ్రతాలు చేయడం ;
"పూజలు" , ప్రార్థనలు" అనడం ;
"అభిషేకాలు" , "అర్చనలు" , "తద్దినాలు" అనడం ;

ప్రదక్షిణలు, తీర్థయాత్రలు చేయడం ;
వాస్తవానికి ఇవన్నీ ఒకానొక ఆత్మ యొక్క శైశవదశలోని తమోగుణాన్ని తీసివేసే
చర్యలే గానీ "సద్యోముక్తి దాయకాలు" ఎంత మాత్రం కావు

శైశవదశలో **"సద్యోభక్తి"** అన్నదే అనవసరం
తమోగుణప్రధానులకు పైవన్నీ తప్పనిసరి . .
ఎందుకంటే వాటి వల్ల తమోగుణాన్ని వదిలించుకుని రజోగుణంలో ప్రవేశిస్తారు

"తమోగుణప్రధానులు" అంటే **"బుద్ధి ఇంకా వికసించనివారు"**
అయితే **"బుద్ధిజీవులు"** . . అంటే ఆత్మపరంగా శైశవదశ దాటినవారు కూడా ఇంకా పై క్రియలే చేస్తూ వుంటే వారిని "భక్తిరోగులు" అంటారే కానీ "భక్తియోగులు" అని అనరు

అయితే, జీవాత్మ యొక్క పరిణామక్రమంలో అంతిమదశగా వచ్చే భక్తి **"సద్యోభక్తి"**. **"సద్యోభక్తి"** అంటే సకల ప్రాణికోటినీ, తననూ కూడి భగవంతుడిగా గ్రహించి అందరిపట్లా, అన్నింటిపట్లా సదా ఆదర, గౌరవభావంలో ఉండడం.

కర్మకాండలు, అంటే . . "రిచ్యువల్స్" , అనేవి ఒకింత తెలివి వస్తూనే
వదిలిపెట్టేయాలి; బొత్తిగా తెలివిహీనులకు మాత్రం అవి ఒకింత "ఓకే"

అయితే, ఒకింత తెలివి వస్తూనే, ఆ తెలివికి పదును పెట్టడానికీ,
దానిని అభివృద్ధి చేయడానికీ, ధ్యాన - జ్ఞానయోగాలే శరణ్యం ;
ధ్యానయోగం, జ్ఞానయోగం అన్నవే సద్యోభక్తికి దారితీస్తాయి.

" మూషికవాహనుడు "

" ' వినాయకుడు ' అన్నవాడు ' మూషిక వాహనుడు '

" ' ఇంత పెద్ద పొట్ట గలవాడు ఇంత చిన్న ఎలుక మీద
ఏ రీతిగా కూర్చోగలడు ? ' అని ..
అనేకమంది విమర్శలు చేస్తూ వచ్చారు
నిజంగా దీని అంతరార్థం తెలియని మూర్ఖులే
ఇలాంటి అనర్థాలను అభివృద్ధి చేసి
యదార్థాలను విస్మరింపచేస్తున్నారు

" ' మూషికం ' అంటే ' చీకటి ' కి గుర్తు
' వినాయకుడు ' అన్నవాడు చీకటిని తన క్రింద వేసుకున్నాడన్నామాట
అంటే చీకటిని అణగద్రొక్కాడు "

- శ్రీ సత్యసాయి
("సనాతన సారథి", అక్టోబర్ '94)

*** " మూషిక వాహనుడు " అంటే " ఎలుకను ఎక్కినవాడు " అని కాదు ..**
" చీకటిని అణగద్రొక్కి జ్ఞానప్రకాశాన్ని అందించినవాడు " అని అర్థం

"ముముక్షువు యొక్క శత్రువులు"

నాలుగు రకాల శత్రువుల నుంచి "ముముక్షువు" అనబడేవాడు తనను తాను రక్షించుకోవాలి, అవి -

1) భయం
2) పరిమితజ్ఞానం
3) సిద్ధుల ద్వారా వచ్చే అహంకారం
4) వృద్ధత్త్వపు భావనలు

"భయం" ముముక్షువు యొక్క మొదటి శత్రువు
ముముక్షువు ముందుగా అన్నిరకాలయిన భయాలనూ జయించాలి
అప్పుడే "జ్ఞానం" అన్నది మొలకెత్తుతుంది.
అయితే, ప్రాథమిక, పరిమిత జ్ఞానాన్నే "పూర్ణజ్ఞానం" అనుకునే ప్రమాదం ఎప్పుడూ ఉంటుంది.

"పరిమిత జ్ఞానం" అన్నదే ముముక్షువు యొక్క రెండవ శత్రువు ఆ గండం నుంచి తప్పించుకోగలిగితే
సిద్ధులు సంక్రమిస్తాయి
సిద్ధులు సంక్రమించి గర్వం సంభవిస్తే అది తిరిగి పతనానికి దారి తీస్తుంది.
సిద్ధులను సంపాదించి తీరాలి; అయితే గర్వం రాకుండా మనల్ని మనం కాపాడుకోవాలి.

"సిద్ధుల ద్వారా వచ్చే అహంకారం" అన్నదే ముముక్షువు యొక్క మూడవ శత్రువు.అది జయించిన
తరువాత కూడా చిట్టచివరి వరకూ,
అంటే జీవితంలో ఆఖరి శ్వాస తీసుకునే వరకూ,
అలసటకు - అంటే "వృద్ధత్వ భావన"లకు ఎప్పుడూ లోను కారాదు

"వృద్ధత్వపు భావన" అనేది ఒకానొక ముముక్షువు యొక్క అంతిమ శత్రువు.

భయం, పరిమిత జ్ఞానం, సిద్ధులు సృష్టించే అహంకారం, వృద్ధత్వ భావనలు ..
ఈ శత్రువులను నాల్గింటినీ, వరుస క్రమంలో, చకచకా

" ముక్తిమార్గం "

ఈ భూమి మీద జన్మతీసుకున్న వాళ్ళంతా కూడా ప్రతిక్షణం ఆనందంగా జీవించాలి అన్నదే సృష్టి నియమం! అలా జీవించాలి అంటే మన శరీరం ఎప్పుడూ ఆరోగ్యంగా, తేజోవంతంగా వుండాలి ; మన మనస్సు ఎప్పుడు హాయిగా, శాంతంగా వుండాలి; మన బుద్ధి ఎప్పుడూ సునిశితంగా, సత్యాన్ని చూపేదిగా వుండాలి.

ఎప్పుడైతే మన బుద్ధి సునిశితంగా వుండదో .. సత్యాన్ని చూపేదిగా మనలేదో .. అప్పుడు మన మనస్సు మలమై, అశుభ్రమైపోతుంది. అలా మలమైన, అశుభ్రమైన మనస్సు ప్రభావం శరీరం పై పడి .. శరీరం అనేక రోగాలకు నిలయంగా మారి .. మనకు అనేకానేక దుఃఖాలను కలుగజేస్తుంది. జన్మ జన్మలుగా జరుగుతోన్న తంతు ఇదే ..

ఇలాంటి అనేకానేక దుఃఖాల బారినుంచి మనం తక్షణం విడుదల కావాలి మరి ఆ విడుదలనే ముక్తి అంటాం. ముక్తి అన్నా మోక్షం అన్నా, నిశ్రేయస్సుఅన్నా, సాల్వేషన్ అన్నా అపవర్గం అన్నా అర్థం తక్షణం విడుదల కావడం.

మనం శారీరక పరమైన రోగాల నుంచి విడుదల కావాలి ; మానసిక పరమైన రుగ్మతల నుంచి విడుదల కావాలి; బుద్ధి పరమైన మాంద్యం నుంచి విడుదల కావాలి. ఇవన్నీ కూడా శాశ్వత ప్రాతిపదికన జరగాలి. అలాంటి శాశ్వత ముక్తి మాత్రమే దుఃఖంలో పడి కొట్టుకుంటోన్న మనల్ని జన్మ పరంపర చక్రం లో నుంచి బయటికి తేగలుగుతుంది.

ప్రాచీన భారత సాంప్రదాయానికి చెందిన కపిల మహాఋషి త్రివిధ దుఃఖం అత్యంత నివృత్తి : అత్యంత పురుషార్థ అన్నారు. అంటే .. చతుర్విధ పురుషార్థాలైన కామ, అర్థ, ధర్మ, మోక్షాల్లోని నాలుగవ పురుషార్థం అయిన మోక్షం అన్నది మనల్ని త్రివిధ దుఃఖాల నుంచి పూర్తిగా విడుదల చేస్తుంది కనుక అదే అత్యంత శ్రేష్టమైన పురుషార్థం అని వారి ప్రభోధం

భగవద్గీతలో శ్రీకృష్ణపరమాత్ముల వారు కూడా త్రైగుణ్య విషయా వేదా నిస్త్రైగుణ్యోభవార్జున అంటూ " అర్జునా, నువ్వు మూడు గుణాలతో కలిసివున్నావు కనుక ముందు గుణాతీతుడువు కా .. తమోగుణం నుంచి విముక్తి పొందు ; రజోగుణం నుంచి విముక్తిపొంది గుణాతీతుడవి కా, అప్పుడే నువ్వు .. మూడు రకాల దుఃఖాల నుంచి బయటపడతావు. " అంటూ అర్జునుడి ద్వారా సకల మానవాళికి దివ్యసందేశాన్ని ఇచ్చారు.

కాబట్టి మనమంతా కూడా మూడు రకాల గుణదోషాలతో కూడిన దుఃఖాలు అంటే .. శారీరక పరమైన తమోగుణదోష దుఃఖాల నుంచీ, మానసిక పరమైన రజోగుణ దోషదుఃఖాల నుంచీ మరి బుద్ధిపరమైన సత్వగుణ దోషదుఃఖాల నుంచీ బయటపడాలి.

శారీరకపరమైన దుఃఖాలు అంటే .. తలనొప్పి నుంచి క్యాన్సర్ వరకు వచ్చే రోగాల నుంచి బయటపడాలి. మానసిక పరమైన దుఃఖాలు అంటే .. ఆత్మహత్య చేసుకోవాలి అనుకోవడం ; ఎవరైనా అవమానిస్తే కృంగిపోయి బి.పి లు తెచ్చుకోవడం వంటి సకల మూర్ఖత్వాల నుంచీ బయటపడాలి.

బుద్ధిపరమైన దుఃఖాలు అంటే బుద్ధిమాంద్యత అన్నది లేకుండా చక్కటి ఏకాగ్రతా శక్తితో కూడుకున్న అద్భుతమైన జ్ఞాపకశక్తితో వుండాలి. మన గత జన్మలను గురించిన సమాచారం అంతా మనం తెలుసుకుని ఉండాలి. ఇవన్నీ చేస్తేనే మనం అర్జునుడు వంటి త్రిగుణాతీతుల్లా పరిమార్చబడి .. సకల గుణదోష విముక్తలమై దుఃఖరాహిత్యస్థితిని పొందగలుగుతాము.

జీసస్‌క్రైస్ట్ కూడా " దేవునిరాజ్యం వెతకండి ; ఆ యొక్క ధర్మంలో జీవించండి ; అప్పుడు మీకు కావలసినవన్నీ వస్తాయి " అని సెలవిచ్చారు. కావలసినవన్నీ అంటే .. శరీర ఆరోగ్యం .. మానసిక ప్రశాంతత .. బుద్ధి సునిశిత .. ఇలా మనకు కావలసినవన్నీ పొందినప్పుడే మనం దుఃఖం నుంచి విడుదల అయ్యి ముక్తిని పొందుతాం.

నిర్వాణం - పరినిర్వాణం - మహాపరినిర్వాణం

గౌతమ బుద్ధుడు ఈ ముక్తిని .. నిర్వాణం అని వివరణ ఇస్తూ ఇందులో మళ్ళీ మూడు దశలు వున్నాయి అన్నారు.

నిర్వాణం : మనం మన స్వంత జీవితంలో శారీరకపరమైన దుఃఖాలు ఏవీ లేకుండా, మానసిక పరమైన దుఃఖాలు ఏవీ లేకుండా, బుద్ధిపరమైన అస్పష్టతలు ఏవీ లేకుండా ఉంటేనే మనం ముక్తిని లేదా నిర్వాణాన్ని పొందగలుగుతాం.

పరినిర్వాణం : అయితే కేవలం మనం ఒక్కళ్ళం నిర్వాణం పొందితే లాభం లేదు. మన చుట్టుప్రక్కల వున్న వాళ్ళు కూడా నిర్వాణం పొందాలి. మన చుట్టు ప్రక్కల వున్న వాళ్ళు దుఃఖిస్తూ వుంటే మనకు ఎంత మాత్రం బాగుండదు పైగా వాళ్ళంతా దుఃఖంగా వుంటే వాళ్ళ దుఃఖం మన దుఃఖంగా పరిణమిస్తుంది. కనుక .. మనం మన చుట్టు ప్రక్కల వాళ్ళ దుఃఖరహిత్యం కోసం పాటుపడాలి. నిర్వాణం పొందిన మనం ఇతరుల నిర్వాణం కోసం పనిచెయ్యడాన్ని పరినిర్వాణం అంటాం. దానినే పరిముక్తి అని కూడా అంటాం.

మహాపరినిర్వాణం :]

మన చుట్టు ప్రక్కలవాళ్ళు అంటే కేవలం కొంత పరిధిమేరకు వున్నవాళ్ళు మాత్రమే దుఃఖరాహిత్యంలో వుంటే సరిపోదు. మన ప్రక్కదేశం వాళ్ళు కూడా బాగుండాలి వాళ్ళ ప్రక్కదేశం వాళ్ళు కూడా బాగుండాలి. వాళ్ళు కూడా సకల దుఃఖాల నుంచి విముక్తం కాబడాలి. ఇలా ప్రపంచం మొత్తంలో నుంచి కూడా దుఃఖాన్ని తీసివెయ్యాలి అని పరితపిస్తూ ఎవరైతే కంకణం కట్టుకుంటారో వాళ్ళు మహాపరినిర్వాణం లో .. మహాపరిముక్తస్థితి లో ఉన్న గొప్ప యోగులు.

సదా మహాపరినిర్వాణంలో ఉండే వాళ్ళకి ప్రపంచం యొక్క దుఃఖమే తమ దుఃఖంగా మారుతుంది మరి మొత్తం ప్రపంచం దుఃఖం నుంచి విముక్తం పొందిననాడే వారు కూడా దుఃఖం నుంచి విముక్తి పొందుతారు. దీనినే తీర్థంకర గోత్ర బంధం అంటాం.

తీర్థంకరుడు అంటే టీచర్. ఈ టీచర్ కు టీచింగ్ చేయకపోతే దుఃఖం వస్తుంది మరి బోధనచేస్తే .. అతని దుఃఖం పోతుంది. అయితే అతడు ఏ కొద్దిమందికో బోధన చేసేసి చేతులు దులిపివేసుకోకుండా మొత్తం ప్రపంచానికే తన బోధనలను విస్తృతం చేసే సర్వ వ్యాపకత్వాన్ని కలిగివుంటాడు.

అరిహంత్ - బోధిసత్వుడు - బుద్ధుడు

మొట్టమొదట మనం మన దుఃఖం నుంచి విడుదల అయ్యి అరిహంత్ లుగా మారాలి. అరి అంటే శత్రువు .. హంత్ అంటే హతమార్చినవాడు. మనలోని కామ, క్రోధ, లోభ, మోహ, మద, మాత్సర్యం అనే అరిషడ్వర్గాలపై పట్టును సాధించడానికి .. అడ్డుపడుతూన్న మనలోని మూడు శత్రువులను హతమార్చాలి.

ఆ మూడు శత్రువులే .. మనలోని సోమరితనం అనే తమోగుణం ; అహంకారం అనే రజోగుణం మరి అతి మంచితనం అనే సాత్వికగుణం. ఈ మూడు గుణాలు కూడా మనకు శత్రువుల్లాంటివి కనుక వీటిని హతమార్చి నిర్గుణస్థితి లో విలసిల్లుతూ అరిషడ్వర్గాలపై పట్టు సాధించాలి. జీవితాన్ని ఒక ఆటలా ఆడుతూ ఆనందంగా ముందుకుసాగాలి.

ఇలా మనం అరిహంత్‌గా మారిన తరువాత మన చుట్టు ప్రక్కల వున్న వాళ్ళు కూడా అరిహంత్ లుగా మారడానికి సహాయం చేయాలి. తద్వార మనం బోధిసత్వులు గా ఎదుగుతాం. బోధిసత్వులుగా ఉంటూ ప్రపంచంలో ఉన్న అరిహంత్‌లందరినీ బోధిసత్వులుగా మారేట్లు మార్గదర్శనం చేస్తూ వారందరి ఆత్మోన్నతికి కూడా సహాయంపడుతూ ఉండాలి. అలాంటివాడే బుద్ధుడు మనం ఆ బుద్ధస్థితే మహాపరినిర్వాణ స్థితి, మహా పరిముక్తస్థితి.

ధ్యానసాధన

నిర్వాణస్థితి మనకు కేవలం ధ్యానసాధన వల్లే వస్తుంది. నిరంతర ధ్యానసాధనలో మాత్రమే మనం మనలోని సకల అనర్థాలను గురించి తెలుసుకుంటాం. మనకు జరుగుతోన్న నష్టాలను బేరీజు వేసుకుంటూ మనకు మనమే వాటిని సరిచేసుకోగలుగుతాము.

ధ్యానసాధనతో పాటు చక్కటి ఆత్మజ్ఞానాన్ని కలిగించే పుస్తకాలను చదువుతూ స్వాధ్యాయం చేయాలి. వేదవ్యాసుడు, వాల్మీకి .. ఓషో .. రాంపా .. అనీబిసెంట్ .. యోగానంద పరమహంస .. స్వామిరామా వంటి గొప్ప గొప్ప యోగులు, విజ్ఞులు వ్రాసిన స్వీయ అనుభవాలతో కూడిన పుస్తకాలను చదవడం ద్వారా అద్భుతమైన జ్ఞానసాధన జరుగుతుంది. అలా ధ్యాన జ్ఞాన సాధనలు చేసే వారితో నిరంతరం మెలుగుతూ సజ్జనసాంగత్యం చెయ్యాలి.

ఈ మూడు రకాల సాధనల ద్వారా మనకు ఎలా మాట్లాడాలి? .. ఎలా తినాలి ?.. ఎంతవరకు నిద్రపోవాలి ? ఎంతవరకు నిద్రపోకూడదు ? .. ఎలా ఆలోచించాలి .. ఎలా ఆలోచించకూడదు ? .. కుటుంబంలో మరి సమాజంలో ఎలా జీవించాలి ? ఎలా జీవించకూడదు ? .. అన్న విషయాలన్నింటిపై సహజమైన పట్టువస్తుంది. ఈ మూడు రకాల సాధనల వల్లనే మన శరీరం నుంచి అన్ని రకాల రుగ్మతలు దూరం అవుతాయి. తలనొప్పి మొదలుకుని క్యాన్సర్ వరకు ఏ రోగాలూ ఎప్పటికీ రావు. ఎందుకంటే రోగాలకు కారణం అయిన అపరిశుభ్రమైన నాడీమండల వ్యవస్థ అంతా కూడా ధ్యాన - స్వాధ్యాయ - సజ్జనసాంగత్య సాధనల వల్ల పరిశుద్ధం కాబడుతుంది.

పూర్వజన్మకృతం పాపం వ్యాధిరూపేణ పీడ్యతే అన్నట్లు .. మన అనేకానేక జన్మల నుంచి మోస్తోన్న కర్మఫలితాలన్నీ శారీరక వ్యాధుల రూపంలో బయటికి వస్తూంటాయి. అవన్నీ కూడా ధ్యానశక్తివల్ల ప్రక్షాళన అయిపోతాయి. మానసిక ప్రశాంతత చేకూరడం ద్వారా అన్ని రకాల మానసిక రుగ్మతలనుంచి బయట పడి .. మానావమానాలను సమంగా స్వీకరించే అధిమానస స్థాయికి మనం చేరుతాం. మన గత జన్మల సమాచారం అంతా కూడా అద్భుతంగా మన కళ్ళముందే సాక్షాత్కరించడంతో .. ఆత్మ సత్యాన్ని అవగతం చేసుకుంటాం.

సజ్జన సాంగత్యాదుల్లో...బుద్ధిపరమైన జ్ఞానం పెరుగుతుంది. దానివల్ల మనకన్నా గొప్ప వాళ్ళు కూడా అతి సామాన్యుల్లా మనముందు తిరుగుతూ వుండడం చూసి వినమ్రత అన్నది విశేషంగా అర్థం చేసుకుంటాం. వినమ్రత అన్నది లేని చోట గర్వం వచ్చేస్తుంది!

పిరమిడ్ మాస్టర్లు ఎప్పుడూ ధ్యానం చేస్తూ నిరంతర స్వాధ్యాయం చేస్తూ, సజ్జనసాంగత్యాలు చేస్తుంటారు. తాము అలా చేస్తూ, ఇతరులతో కూడా చేయిస్తూ ఎల్లప్పుడూ మహాపరిముక్తస్థితిలో ఉంటారు. ఇలా ఈ భూమ్మీద పుట్టి తమ పనిని సంపూర్ణంగా పూర్తిచేసుకునే వాళ్ళకు ఇక మళ్ళీ పుట్టాల్సిన అవసరం వుండదు.

అరిహంత్‌గా చనిపోయినా మళ్ళీ పుట్టాల్సిందే; బోధిసత్త్వుడిగా చనిపోయినా మళ్ళీ పుట్టాల్సిందే; బుద్ధుడిగా ఎదిగే వరకు ఆ జన్మపరంపర అలా కొనసాగుతూనే వుంటుంది. జన్మరాహిత్యస్థితిని పొందిన జగద్గురువులు బుద్ధత్వపు స్థితిని పొంది ఆ స్థితిలోనే జీవిస్తూ అదే స్థితిలో తమ తుది శ్వాసను వదిలిపెట్టేస్తారు! జీసస్ క్రైస్ట్ స్థితి .. శ్రీకృష్ణుడి స్థితి .. మహావీరుడి స్థితి .. మరి జొరాస్టర్ స్థితి .. అన్నీ కూడా బుద్ధత్వపు స్థితులే!

భగవద్గీతలో శ్రీ కృష్ణపరమాత్ములవారు...

"బహూని మే వ్యతీతాని జన్మానితవ చార్జున
తాన్యహం వేద సర్వాణి నత్వం వేత్థ పరంతప" ... (భ, 4-5)

అర్జునా! నువ్వూ-నేను ఎన్నో జన్మలు ఎత్తాం! అయితే నాకు నా జన్మలతోపాటు నీ జన్మలను గురించి కూడా తెలుసు! నీకే ఏమి తెలియదు" అంటూ జన్మపరంపరా జ్ఞానం యొక్క గుట్టును విప్పి చెప్పారు.

ఈ జన్మపరంపరా జ్ఞానమే ముక్తి. ఈ జ్ఞానం వల్ల "నేను అశాశ్వతమైన దేహంలో నివసిస్తోన్న శాశ్వతమైన ఆత్మను" అన్న కర్మసిద్ధాంతాన్ని మనం అర్థం చేసుకుంటాం. "నా వాస్తవానికి నేనే సృష్టికర్తను కనుక నా సంకల్పశక్తి ద్వారా నేను నా వాస్తవాన్ని మార్చుకుని ఈ జన్మకర్మపరంపరా చక్రంలోంచి బయటపడతాను" అన్న జ్ఞానాన్ని పొంది తక్షణం అందులోంచి విడుదల కావడానికి సాధన చేస్తాం.

ఇలాంటి ముక్తస్థితి మనకు ప్రార్థన ద్వారానో, భజనల ద్వారానో, తీర్థయాత్రలు చేయడం ద్వారానో, గురువుల పాదసేవనం చేయడం ద్వారానో విగ్రహారాధన ద్వారానో లేదా మంత్రోచ్చారణ చేయడం ద్వారానో రాదు. ఇది ధ్యానంలో మనం మన స్థూలశరీరం నుంచి బయటికి వచ్చి మన సూక్ష్మశరీరంతో విహరిస్తూ సూక్ష్మలోకాల అనుభావలు పొందడం ద్వారా వస్తుంది. సూక్ష్మశరీరం నుంచి కూడా విడివడి కారణశరీరంతో విహరిస్తూ కారణలోకాల అనుభవాలు పొందడం ద్వారా వస్తుంది. అటుపిమ్మట కారణశరీరం లోంచి కూడా బయటికి వచ్చి మహాకారణ శరీరంతో మహాకారణలోకాల్లో విహరిస్తూ అక్కడి అనుభవాలను కూడా పొందుతూంటే వస్తుంది. మహాకారణ లోకాల్లో మనకు ఈ సృష్టి యొక్క పూర్ణరూపం అనుభవపూర్వకంగా అవగతం అవుతుంది.

ఇంత తతంగం జరిగితే కానీ మనకు ముక్త స్థితి లభించదు కనుక.. నేను కేవలం శరీరాన్ని మాత్రమే అనుకుంటూ హే భగవాన్! నాకు మోక్షాన్ని ఇవ్వు! అనగానే ఇచ్చేయడానికి ..ఏ దేవుడూ దిగిరాడు!

"నన్ను ఎవరో పుట్టించారు ; నాకు ఎవరో మార్గం చూపిస్తారు; నన్ను ఎవరో కాపాడుతారు; నా స్థితికి తల్లితండ్రులో దేవుడో కారణం" అనుకున్నంతకాలం మనం దుఃఖంతో కూడుకున్న బంధంలోనే వుంటాం! ముక్తస్థితిలో వున్నవాళ్ళు తమ మీద తాము జాలిపడరు; ఇతరుల మీద కూడా జాలిపడరు. ఎవరికి ఏం కావాలో ఇవ్వడంలో నిమగ్నంలో నిమగ్నం అవుతూ.. తమ కర్తవ్యాన్ని నిర్వర్తిస్తూ వుంటారు.

జాలి పడడం అన్నది మన సమయంతో పాటు ఇతరుల సమయాన్ని కూడా వృధా చేస్తుంది.. కనుక ఒక మాస్టర్ ఇతరుల పట్ల జాలిపడుతూ ఉండడం మాని "ఊరికే ఎందుకు బాధపడతావు? ఊరికే ఎందుకు ఆలోచిస్తావు? కళ్ళు మూసుకుని శ్వాస మీద ధ్యాసపెట్టి ధ్యానం చెయ్యి. చక్కగా చిత్త నివృత్తి చేసుకుని విశ్వశక్తిని ఆవాహన చేసుకో.. పిరమిడ్ శక్తిని ఉపయోగించుకో..పలానా పుస్తకం చదువుకో" అంటూ వారిచే సరియైన సాధన చేయిస్తాడు. అంతేకానీ "అయ్యో! ఇలా అయ్యిందా? అలా కాకూడదే" అంటూ పనికిమాలిన అపరిపక్వమైన మాటలు ఎప్పుడూ మాట్లాడడు.

నోట్లోంచి ఒక్క మాటైనా అపరిపక్వంగా వచ్చింది అంటే వాడికి ముక్తస్థితి లేదన్నమాటే! అలాగే ఇతరులు కూడా అశాస్త్రీయమైన, అపరిపక్వమైన మాటలు మాట్లాడుతూ వుంటే వింటూ ఊరుకున్నవాడు కూడా తనకు తానుగా ముక్త స్థితిలో ఉన్నప్పటికీ పరిముక్తస్థితికి ఎదగనట్లే! "సంఘంలో కుళ్ళు ఎలా వుంటే నాకు ఎందుకులే .. నా వరకు నేను ముక్త స్థితిని పొందేసాను" అనుకుంటే వాడు ఎప్పటికీ దుఃఖరాహిత్యాన్ని పొందలేడు. పరిముక్తి, మహాపరిముక్తి పొందేవరకు అతడు మళ్ళీ మళ్ళీ జన్మలు తీసుకోవాల్సిందే.

కుళ్ళును ఎప్పటికప్పుడు కడిగివేస్తూనే వుండాలి. ఎవరయినా పనికిమాలిన మాటలు మాట్లాడుతూ వుంటే.. "నోరు మూసుకుని మౌనంగా కూర్చుని ధ్యానం చెయ్యి" అని చెప్పాలి. పనికిరాని పనులు అంటే మాంసాహార భక్షణచేస్తూంటే అది అశాస్త్రీయం అని చెప్పాలి. చెప్పినా వినకపోతే వాడి ఖర్మ తెలిసినా చెప్పకపోతే మన ఖర్మ.

"ముక్తాభిమానీ ముక్తో హి బద్ధాభిమానీ బద్ధోహి
కిం వదంతీహ సత్యేయం యా మతిః సా గతిర్భవేత్"

అని అష్టావక్రుడు చెప్పినట్లు.. ముక్తస్థితిని అభిమానించే వాడు శాస్త్రీయమైన పద్ధతిని అనుసరిస్తే ముక్తుడు అవుతాడు. బంధాన్ని అభిమానించే వాడు బద్ధుడె అవుతాడు.

యా మతిః సా గతిర్భవేత్.. అన్నట్లు మన మతిని బట్టే మన గతి వుంటుంది అన్న ఆర్యోక్తిని ఎరుకలో ఉంచుకుని ఇప్పుడేం చేస్తాంలే అనుకోకుండా తక్షణం ముక్తస్థితికోసం సాధన చేయాలి. పరిసాధన చెయ్యాలి.. మహా పరి సాధన చెయ్యాలి..ప్రపంచమంతా కూడా మనలాగే దుఃఖరాహిత్యస్థితిని పొందేంతవరకు అలా చేస్తూనే వుండాలి!!

ముక్తి - పరిముక్తి - మహాపరిముక్తి

ముక్తస్థితులుమూడు, అవి

1. ముక్తి 2. పరిముక్తి 3. మహాపరిముక్తి

బుద్ధుడుభాషలోఇవే-

1. నిర్వాణం 2. పరినిర్వాణం 3. మహాపరినిర్వాణం

"సాధనతో సమకూరు పనులు ధరలోన." - అన్నాడు వేమన,

ముక్తిసాధనామార్గాలుమూడు-

1. సాధన 2. పరిసాధన 3. మహాపరిసాధన

నిర్వాణం పొందిన వారిని '**అరిహంతులు**'అంటాం.
పరినిర్వాణం పొందిన వారిని **'భోధిసత్వులు'**అంటాం.
మహాపరినిర్వాణం పొందిన వారిని **'బుద్ధుళ్ళు'**అంటాం.
'ధ్యాన సాధన' ద్వారా 'ముక్తి' లభిస్తుంది.
-అంటే, శ్వాసానుసంధానం ద్వారా చిత్తవృత్తి నిరోధం జరిగి ఆత్మానుభవం జరుగుతుంది.
-ఆత్మానుభవమే ప్రాథమిక ముక్తి.
ఇకపోతే, 'పరిముక్తి' అన్నది 'పరిసాధన' ద్వారా లభిస్తుంది.
'ధ్యాన సాధన' అన్నది 'సాధన' అయినప్పుడు
'స్వాధ్యాయ సాధన' ... 'పరిసాధన' అవుతుంది.
సృష్టిలోని సకల యోగీశ్వరుల, సకల జగద్గురువుల ధ్యానానుభవాలనూ, జ్ఞానపాఠాలనూ కూలంకషంగా అధ్యయనం చేయడమే **'స్వాధ్యాయం'**అనబడుతుంది.
స్వాధ్యాయ సాధనే పరిసాధన, స్వాధ్యాయం ద్వారానే పరిముక్తి, పరినిర్వాణం.
మూడవ సాధన 'మహాపరిసాధన' ... దీని ద్వారానే 'మహాపరిముక్తి', 'మహాపరినిర్వాణం' పొందుతాం ... మరి 'బుద్ధుళ్ళ'మవుతాం.
ఈ మూడవ సాధనే 'సజ్జన' సాంగత్య సాధన. మనకన్నా ఉన్నత జ్ఞానస్థితిలో వున్న వారందరి నుంచీ సదా, ముఖతః నేర్చుకోవడం; మనకన్నా అల్పజ్ఞాన స్థాయిలో వున్న వారందరికీ, సదా, ముఖతః జ్ఞానాన్ని బోధించడం - ఇదే 'సజ్జన సాంగత్య మహాపరిసాధన' అనబడుతుంది.

-ధ్యానం ద్వారా ముక్తి.
-ధ్యాన, స్వాధ్యాయాల ద్వారా పరిముక్తి.
-ధ్యాన, స్వాధ్యాయ, సజ్జన సాంగత్యాల ద్వారా మహాపరిముక్తి.
స్వంత ముక్తి కోసం పాటుపడినప్పుడు '**ముక్తి**'లభిస్తుంది
కొంతమంది ఇతరుల ముక్తికి అహర్నిశలూ, పాటుపడినప్పుడు '**పరిముక్తి**'లభిస్తుంది.
సకల ప్రాణికోటి ముక్తికి ... అహర్నిశలూ, శ్వాస వున్నంతకాలం ... దేహం వున్నంతకాలం ... కృషి సల్పితే '**మహాపరిముక్తి**'లభిస్తుంది.

పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ మహాపరిసాధకులు.
పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ మహాపరిముక్తి కాముకులు.
పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ బుద్ధులు.

"మహమ్మద్"

"మిమ్మల్ని భూమి నుంచి మొక్కల్లాగా పైకి రావాలి అని అల్లా చేసాడు;
ఇక మీదట మళ్ళీ మిమ్మల్ని భూమిలోకి పంపుతాడు; క్రొత్తగా మరోసారి పైకి తీసుకువస్తాడు"
[ఖురాన్ - సురా:71:17-18]
మనం ఈ లోకానికి మళ్ళీ మళ్ళీ రావాల్సి వుంటుంది" -
అనే పునర్జన్మ సిద్ధాంతమే దీని అంతరార్థం.
మహమ్మద్ మక్కా పట్టణం సమీపంలో వున్న "హీరా" అనబడే కొండ గుహలలో ధ్యానం చేసుకుంటూ ఉండేవాడు;
అప్పుడు "గాబ్రియేల్" అనే ఆస్ట్రల్ మాస్టర్ ద్వారా యోగసిద్ధి పొంది, అన్ని లోకాలను దర్శించి,
సత్యాన్నంతటినీ ప్రత్యక్షంగా పరిశోధించినవాడు.
విగ్రహారాధనలను తుదముట్టించినవాడు.
మహమ్మద్ ఓ మహాసంస్కర్త, ఓ మహాప్రవక్త
ఆయన అడుగుజాడల్లో నడుస్తూ, ఆయన లాగా
నిర్గుణ పరబ్రహ్మ పరాయణులవడమే మన లక్ష్యం.

" మౌనం యొక్క విలువ "

11-11-2013 .. స్థలం బోధన్

సావిత్రీదేవి పిరమిడ్ ధ్యానమందిర ప్రాంగణంలో పిరమిడ్ మాస్టర్లు సమావేశం అయ్యారు:

పత్రీజీ 66వ జన్మదిన సంబరాలు జరుగుతున్నాయి:

కరీంనగర్ సీనియర్ పిరమిడ్ మాస్టర్ "K. వాణి .." "పత్రీజీ! మేము ఇంకా ముందుకు సాగిపోవాలి అంటే ఇంకా ఏం చెయ్యాలి?" అని అడిగారు.

మౌన దీక్షలో వున్న పత్రీజీ ఇలా వ్రాసి చూపించారు: "రోజు కనీసం ఒక గంట ధ్యానం తప్పనిసరిగా చెయ్యాలి ..

రోజు ఓ క్రొత్త పుస్తకం చదవాలి .. రోజూ మనకు తెలిసింది ఒక్కరికైనా చెప్పాలి ..

రోజూ ఒక గంట మౌనం పాటించాలి ..

రోజూ ఒక గంట చెట్లు, మొక్కలబాగోగులను చూసుకోవాలి ..

రోజూ ఒకక్రొత్త వంట నేర్చుకోవాలి ..

రోజూ ఇంటనెట్ ద్వారా PSSM లో జరుగుతూన్న కొత్త సంగతులు కొంత తెలుసుకుంటూ వుండాలి ..

రోజూ ఒక ఆధ్యాత్మిక సినిమా చూడాలి ..

రోజూ ఒక గంట ఇంట్లో పనులను సాధిస్తూ వుండాలి ..

రోజూ ఒక పది మంది తెలియని వ్యక్తులను గమనిస్తూ వుండాలి ..

రోజూ ఒక్క భగవద్గీతశ్లోకానైనా ప్రతిపదార్థంతో సహా కంఠస్థం చేయాలి .."

గోదావరిఖని సీనియర్ పిరమిడ్ మాస్టర్ "K. అనురాధ గారు"

"మౌనం ఎందుకు? దాని వల్ల లాభం ఏమిటి?" అని అడిగారు ..

పత్రీజీ ఇలా వ్రాసి చూపించారు:

"మౌనం అంటే ఏమిటో తెలుస్తుంది మీకూ, మరి మీ ప్రక్కవారికి కూడా ..

మౌనం యొక్క విలువ తెలుస్తుంది మీకూ, మరి మీ ప్రక్కవారికి కూడా ..

మాట ఎంత జాగ్రత్తగా మాట్లాడాలో తెలుస్తుంది ..

రోజూ ఎంత వ్యర్థంగా మాట్లాడుతున్నామో తెలుస్తుంది .. టెలిపతి శక్తి ద్విగుణీకృతం అవుతుంది .. దేహం యొక్క ప్రాణశక్తి విశేషంగా ఆదా అవుతుంది ..

వివేకాన్ని ప్రసాదించే బుద్ధి మరింత వికసిస్తుంది .. ధ్యానం మరింత ప్రబలమవుతుంది ..

మన మీద మనకు గౌరవం పెరుగుతుంది .. మరింత ఎక్కువగా పుస్తకపఠనం చేయగలుగుతాం .. ప్రకృతి యొక్క అందాలు మరింతగా చూడగలగుతాం!"

మూల చైతన్యం"

" రకరకాల ప్రకృతులకు మూలమైనది మూల ప్రకృతి - ' మూల చైతన్యం ' - అక్కడ ' అద్వైతం ' గా జీవించడం, వేరొకటి లేకుండా జీవించడం ; ' అద్వైతానుభూతి ' పొందడం అనేది కేవలం ' ధ్యానం ' ద్వారానే సాధ్యం ; అది ' మహాప్రకృతి ' తో కలిసి జీవించడం లాంటిది. ఇక్కడ కేవలం పురుషులుగా, ' పరమాత్ములు' గా మనం జీవిస్తాం అన్నమాట. "

" మూడు అడుగులు "

" ' భూలోకం ' .. ' భువర్లోకం ' .. ' స్వర్గలోకం '
అనే మూడు లోకాలను, మూడు అడుగులను
వామనుడు బలిచక్రవర్తిని కోరాడు
" ' భూలోకం ' అంటే ఏమిటి ?
మన శరీరమే ' భూలోకం '
దీనినే కొంతమంది ' ప్రకృతి ' అని కూడా అంటారు
ఇంక మనస్సే ' భువర్లోకం '
ప్రజ్ఞయే ' సువర్లోకం '
" ' బలి ' అంటే ' పన్ను ' లేక ' సుంకం, టాక్స్ '
మన ఇంటికి నీరు సరఫరా చేసినందుకు మున్సిపాలిటీకి
పన్ను కడతాం కదా,
అదేవిధంగా, మానసిక సంబంధమైన దానికి కూడా ' పన్ను ' కట్టాలి
బలిచక్రవర్తి కట్టిన సుంకం ఏమిటి ?
తన శారీరక, మానసిక, ఆధ్యాత్మిక శక్తులన్నింటినీ
భగవంతునికి ధారపోయడం
" పురాణాలలోని కథలు కొన్ని విచిత్రంగా వుంటాయి
భగవంతుని ఒక పాదం భూలోకాన్నంతా ఆక్రమించిందట !
రెండవ పాదం ఆకాశాన్నంతా వశం చేసుకుందట !
మూడవ పాదం బలిచక్రవర్తి తలపై పెట్టాడట !
అంటే, ' శారీరక భ్రాంతిని ధ్వంసం చేశాడు ' అని అర్థం "

- శ్రీ సత్యసాయి

*** శారీరకంగా, మానసికంగా, మరి ఆధ్యాత్మికంగా .. మూడింటిలోనూ భగవంతుడు ప్రవేశించాడు .. దీని అంతరార్థం ఇదే.**

"మూఢభక్తుడు -శిష్యుడు"

ఒకానొక **"మూఢభక్తుడు"** ఎప్పుడూ బాహ్యచేష్టలలో నిమగ్నుడై వుంటాడు
అంటే, పూజలూ, అభిషేకాలూ, అర్చనలూ . . మొదలైనవాటిలో కొట్టుకుపోతూ వుంటాడు
"భయగ్రస్థుడు" అయినవాడే **"మూఢభక్తుడు"**
కొద్దిగా మేలైన పక్షంలో భక్తుడు మంత్రానుష్ఠానం చేస్తూ వుంటాడు ;
అంతేకానీ, జిజ్ఞాసువుగా, జ్ఞానపిపాసిగా మారడానికి ఏ భక్తుడూ సుతరామూ సిద్ధపడడు
"పాహిమాం" , "పాహిమాం" అని ఓ మూఢభక్తుడు ఎప్పుడూ ఆర్తనాదాలు పలుకుతూ వుంటాడు ; తన చుట్టూ
ఎప్పుడూ ఆపదలనే భక్తుడు చూస్తూంటాడు
ఓ భక్తుడు గురువులనూ, పరమగురువులనూ భగవంతుని 'అవతారాలు' గా
తలచుకుంటూ ఎప్పుడూ వారి నామస్మరణంలో వుంటాడు
ఏ భక్తుడూ కూడా
తాను కూడా వారిలా కాగలను అనీ, అలాగ కావాలి అనీ తలంచడు

కానీ,
"శిష్యుడు" అయినవాడు
తాను కూడా పరమగురువుల లాగా అయితీరాలి అని తెలుసుకుని,
"వారు పరమగురువులైనప్పుడు నేను కూడా వారిలాగే కాగలను" అని
గ్రహించి,
ఇక దీక్షగా ధ్యాన అభ్యాసం, జ్ఞానసాధన మొదలుపెడతాడు
శిష్యుడు భయాన్ని అదుపులో పెట్టుకుంటాడు ;
"పాహిమాం" , "పాహిమాం" అని ఎప్పుడూ అరవడు ;
ఆపదలను ఎప్పుడూ లెక్కపెట్టడు
ఇతనే జిజ్ఞాసువు; క్రమంగా ఒకానొక **"ముముక్షువు"** అవుతాడు
"ముముక్షువు" అంటే "తీవ్రధ్యాని" ; **"ముముక్షువు"** అంటే
"తీవ్రజ్ఞానపిపాసి"

*** మూఢభక్తి వలన ఏమీ ఒరగదు ; ఉన్నది కూడా నశిస్తుంది ;**
తక్షణ కర్తవ్యం వెంటనే 'శిష్యుడి'గా మారాలి

మోక్షం"

ఓం శాంతి. ఓం శాంతి. ఓం శాంతి.

మూలాధార లోకం, స్వాధిష్ఠాన లోకం, మణిపూరక లోకం ... ఈ మూడు లోకాలకు శాంతిః, శాంతిః, శాంతిః కావాలి. అది ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః అనే మంత్రం యొక్క అర్థం. అందుకే మూడుసార్లు చెప్తాం. ఎందుకంటే మూడు లోకాలకూ శాంతి అవసరం. ఈ క్రింది మూడు లోకాలనూ ' అథో లోకాలు' అంటారు.

పైనున్న లోకాలు అనాహత లోకం, విశుద్ధ లోకం, ఆజ్ఞా లోకం, సహస్రార లోకం. వీటన్నింటికీ శాంతి వుంది. అనాహత లోకానికి శాంతి వుంది కానీ మోక్షం లేదు. విశుద్ధ లోకానికి మహాశాంతి వుంది కానీ మోక్షం లేదు. ఆజ్ఞా లోకానికి ఆత్మజ్ఞానం వుంది కానీ మోక్షం లోనికి ప్రవేశం మాత్రమే వుంటుంది. సహస్రార లోకానికి విశాలమైన, విస్తారమైన మోక్షం వుంది.

అఖండమోక్ష సామ్రాజ్యాన్ని ఏలేవారే సహస్రారులు. వారే పిరమిడ్ మాస్టర్స్.

మై డియర్ ఫ్రెండ్స్ ... ఆ శిఖరాగ్రానికి చేరాలంటే నాసికాగ్రానికి చేరాలి. నాసికే మన శరీరంలోని ప్రధాన పిరమిడ్. నాశికాగ్రం అంటే మొట్టమొదటి అగ్రస్థానం. నాసికాగ్రమే ఆజ్ఞాచక్రం. ఆజ్ఞా లోకం అంటే త్రినేత్రం ... ఈ రెండు కళ్ళతో కనిపించేది కాకుండా ఆవల వుండేదాన్ని చూపించేది. ఈ రెండు కళ్ళకీ కనపడేదానిమీద ఆధారపడి వున్న విశుద్ధచక్రం కూడానూ మోక్షాన్ని ఇవ్వదు. నాసికాగ్రస్థితికి చేరుకున్న ఆ యొక్క శ్వాసధార తాకిడికి మాత్రమే మోక్షద్వారం తెరుచుకుంటుంది.

కనుక ఆనాపానసతి ధ్యానం ద్వారా అందరూ మోక్ష సామ్రాజ్యాన్ని తమ స్వంతం చేసుకోవాలి.

మెట్ట వేదాంత ఘోష "

మెట్ట వేదాంత ఘోష ఇంక మనకు వద్దు
దానివలన ఏమీ వొరగదు

"ద్వైతం" .. "అద్వైతం" .. "విశిష్టాద్వైతం"
అని ఒకటే వెర్రికేకలు .. ఏమిటీ గోల ?
చేయవలసినవి రెండే
మొదటిది: అకుంఠిత ధ్యానయోగసాధన
రెండవది: ఇతర యోగసాధకుల ధ్యానానుభవాలను వారి ముఖతః వినడం
మరి ప్రపంచవ్యాప్తంగా ధ్యానయోగేశ్వరులు వ్రాసిన గ్రంథాలను చదవడం

మతాలలో 'భేదాలు' అన్నవి నిజానికి సున్న
"వివిధ మతాలు" అన్నవి అసలు లేనేలేవు
ధ్యానయోగసాధకులు, మరి జ్ఞానయోగసాధకులు
సకల మతాల మూలగ్రంథాలనూ,
ప్రపంచంలోని అన్య దేశీయుల యోగేశ్వరుల జీవితచరిత్రలనూ,
క్షుణ్ణంగా అధ్యయనం చేస్తారు .. చేస్తూనే, చేస్తూనే వుంటారు
తెలివైనవారు వేదాంత పఠనం జీవితాంతం చేస్తూ వుండరు
వారు, ఇక, తామే .. ధ్యానం ద్వారా
స్వయంగా సత్యద్రష్టలుగా కావడానికి వెంటనే ప్రయత్నిస్తారు
తెలివైనవారు వేదాంత పఠనం జీవితాంతం చేస్తూ వుండరు
వారు, ఇక, తామే .. ధ్యానం ద్వారా .. స్వయంగా సత్యద్రష్టలుగా కావడానికి
వెంటనే ప్రయత్నిస్తారు

* **శుష్క వేదాంత చర్చలు మాని ధ్యానయోగుల దగ్గరి నుంచి నేర్చుకుందాం**
* **తెలివైనవారు వేదాంత పఠనం జీవితాంతం చేస్తూ వుండరు;**
వారు, ఇంక, తామే . . ధ్యానం ద్వారా . .
స్వయంగా సత్యద్రష్టలుగా కావడానికి వెంటనే ప్రయత్నిస్తారు

" మేనకా ప్రయోగం "

" వశిష్టుడి లాగా
' బ్రహ్మర్షి ' గా
వెంటనే కావాలి " అని
" అవిరామ పరిశ్రమ " చేస్తున్నాడు విశ్వామిత్రుడు

అది గమనించి ఇంద్రుడు
" ఆ పద్ధతి సరికాదు .. అది స్వయానికే హానికరం "
అని తెలుసుకున్నవాడు కనుక
కనికరించి
మేనకను పంపి ఒకింత విరామం కలిగేటట్లు చేశాడు
కొన్ని నెలలు మేనకతో కలిసి విశ్రమించిన తరువాత
విశ్వామిత్రుడు తిరిగి సాధన చేపట్టి
అచిరకాలంలోనే " బ్రహ్మర్షి " కాగలిగాడు

మూర్ఖంగా ప్రవర్తించేవారికి సహాయపడేవాడే ఇంద్రుడు ;
కానీ, అతన్ని .. ఆ ఆస్ట్రల్ మాస్టర్‌ను ఎలా చిత్రీకరించారు !

* **" అతి ఆతురత " అన్నది ఎప్పుడూ హానికరం**
నిదానంగా, నిలకడగా వుంటేనే దేనిలోనైనా గెలుపు
* **నిదానం ప్రధానం .. అతి సర్వత్ర వర్జియేత్**

మెల్‌బోర్న్‌లో గ్యారీ ఛానెలింగ్ సందేశాలు "

గ్యారీ తన పూర్ణాత్మ DZAR తో మళ్ళీ ఛానెలింగ్ చేయగా .. పత్రీజీ వారిని నాలుగు ప్రశ్నలు అడిగారు ..

పత్రీజీ : " భూమండలంలోని మూగజీవాలను చంపుతూ వుంటే నాకు బాధ కలుగుతోంది ; ఈ జంతువులను చంపడం ఎప్పుడు అంతం అవుతుంది ? "
DZAR : " మీలోని బ్రహ్మర్షిత్వం వల్ల మీరు సమస్త ప్రాణకోటితో ఏకత్వాన్ని పొందారు. కాబట్టే ఆ బాధను మీరు అనుభూతి చెందుతున్నారు. చంపేవారు, తినేవారు విడివిడిగా వున్నారు అంటే .. వారిలో సృష్టితో కూడిన ఏకత్వ భావను ఉండదు. చంపడం బాధే, అయినా వారు ఆ బాధను లెక్కచేయ్యడం లేదు అంటే .. వారికి విశ్వన్యాయసూత్రం అయిన ఏకత్వం గురించి తెలియదు. అది వారు తెలుసుకున్న రోజున జంతువులను చంపడం పూర్తిగా ఆగిపోతుంది. ధ్యానం ద్వారా మాత్రమే అందరిలో ఆ ' ఏకత్వం ' కలుగుతుంది. "

పత్రీజీ : " పిరమిడ్ శక్తిని గురించి తెలియచేయండి "
DZAR : " మీరే ఓ పిరమిడ్; మీరే ఆ శక్తి; మీ శక్తే లేకపోతే పిరమిడ్‌లో ఎనర్జీ అన్నదే లేదు ; కేవలం అవి కట్టడాలు మాత్రమే. "

పత్రీజీ : " వంద సంవత్సరాల అనంతరం భూమండలం ఎలా ఉండబోతోంది ? "
DZAR : " ప్రస్తుతం వున్న ప్రకారం అయితే వంద సంవత్సరాల తర్వాత ఏమీ వుండదు. భూమాత మనుగడకోసం మనం ఇంకా ఎంతగానో శ్రమించాలి .. పాటు పడాలి. ఈ క్షణం నుంచే విశేషంగా శ్రమిస్తే రాబోయే యాభై సంవత్సరాల తరువాత ఎంత బాగుంటుందో మీరే చెప్పండి. మీకు తెలుసుగా .. ఇంకా ఇంకా ఎంతో శ్రమ చేయాలి."

పత్రీజీ : " మీరు నేను ఎప్పుడు కలిసాం ? "
DZAR : " ఎప్పుడైనా విడిపోతే కదా కలవడం గురించి మాట్లాడుకోవడం; మనం ఎప్పుడూ సదా కలిసేవున్నాం ; మీకు తెలుసు. "

పత్రీజీ : " ఆస్ట్రేలియా భూభాగం గురించి చెప్పండి ? "
DZAR : " మతం పేరుతో, జాతి పేరుతో విభజనల వల్ల మానవాళి తన ఏకత్వాన్ని కోల్పోయి ' దేశాలు ' ఏర్పాడ్డాయి. అన్ని భూ భాగాలు సస్యాశ్యామలమైనవే. దేశాలమధ్య ఎల్లలను చెరిపివేస్తే .. భూమండలం అంతా కూడా వసుధైక కుటుంబంగా విలసిల్లుతుంది. "

"మెడిటేషన్ ఈజ్ ఆల్ ఇన్ ఆల్"

" మెడిటేషన్ ఈజ్ ఆల్ ఇన్ ఆల్ "

ప్రైమరీ స్థాయి -ధ్యానం చేస్తూంటాం ; మనస్సు అప్పుడప్పుడు చలిస్తుంది.

మిడిల్ స్థాయి -రెండు గంటలు ధ్యానంలో వున్నా మనస్సు చలించదు.

హైస్కూలు స్థాయి -ధ్యానంలో అనేకానేక అనుభవాలు మూడవకన్ను తెరుచుకోవడం.

కాలేజీ స్థాయి -మహార్షి, ముఖ్యమైన గతజన్మలు చూడడం.

యూనివర్శిటీ స్థాయి-బ్రహ్మర్షి , అంతా తానేనని తెలుసుకోవడం.

" ' శ్వాస ' లాభాలు అనంతం. ఒక సంగీత పరికరం ఉంది ... కానీ, ఆ వ్యక్తికి సంగీతం రాదు. దానివలన ఏం ప్రయోజనం లేదు. ఒక మురళి వుంది. ఓ వ్యక్తికి సంగీత అనుభవం వుండి వుంటే అదే మురళితో అనేక సంగీత స్వరాలు, మధురమైన సంగీతం వినవచ్చును. అలానే ప్రతి మనిషి దగ్గర ఊపిరి/శ్వాస ఉంది ... దానితో ఏకమైతే ఆ మనిషి క్రమక్రమంగా ధ్యాని, ఋషి, మహర్షి, రాజర్షి, బ్రహ్మర్షిగా తయారౌతాడు.

" సోక్రటీస్, జీసస్ మొదలైన మహాత్ములు లక్ష్యం చేరుకున్నారు కాబట్టి విషం ఇచ్చినా, రక్తం కారేటట్లు హింసించినా ఆనందంగా అనుభవించారు ... కదా.

" మాయ "

" మాయ "
అనే పదానికి నిర్వచనం
" యా మా, సా మాయా "
" యా " = ఏదైతే .. " మా " = లేదో
"సా" = అది(దానిని) " మాయా " = మాయ (అని అంటారు)
అంటే
" ఏదైతే లేదో ", అంటే " దేనికైతే అస్తికత లేదో "
దానికి " మాయ " అని పేరు
నిజానికి
ప్రపంచంలో రెండే రెండు వస్తువులు " మాయ "
ఒకటి - " చావు " అనే భావన
రెండు - " నేను వేరే, నువ్వు వేరే " అనే భావన

" చావు " అన్నది అసలు ఎక్కడా లేదు !
ఉన్నదల్లా ఆది, అంతం లేని రూపాంతరీకరణ పరిణామక్రమమే !
" ఎక్కడా చావు లేదు " అని తెలుసుకున్నవాడే
' మాయ ' లోంచి బయటపడినవాడు
అలాగే " అహం బ్రహ్మాస్మి " .. " తత్వమసి "
అంటే, " నేనూ అదే నువ్వూ అదే " ..
" మమాత్మా సర్వభూతాత్మా " అని తెలుసుకున్నవాడే
' మాయ ' లోంచి బయటపడినవాడు !
" దేహాత్మ భ్రాంతి " ఉన్నవాడే " మాయ " లో చిక్కినవాడు
" ఆత్మ దేహం " అన్న జ్ఞానం ఉన్నవాడే " మాయ " లేనివాడు

***ధ్యానం ద్వారానే దేహాత్మ భ్రాంతి తొలగుతుంది**
***ధ్యానం ద్వారానే " మమాత్మా సర్వభూతాత్మా " అని తెలుసుకుంటాం**

మాస్టర్ C.V.V.

ఎంతో మంది యోగులు
ఎంతో మంది మహానుభావులు
ఎందరో మాస్టర్స్
అందరికీ వందనాలు

మాస్టర్ c.v.v. నమస్కారమ్స్
తాను స్వయంగా మాస్టర్ అయి ఎంతోమంది మాస్టర్స్‌గా కావడానికి ప్రోత్సహించిన మాస్టర్ - మాస్టర్ c.v.v
ప్రతి ఒక్కరూ ఓ మాస్టర్ కావాలి
అదే అందరి మాస్టర్ల నిజమైన ఆకాంక్ష

ఓ మాస్టర్ ఎలా జీవించాలో తెలుసుకుని మనం కూడా అలాగే జీవించాలి

మాస్టర్స్ అయిన వారు ప్రపంచం కోసం ఎలా కష్టపడ్డారో గ్రహించి అలా మనం కూడా అలాగే కష్టపడాలి

అయితే, మంత్రాలను మరచిపోవాలి

మాస్టర్ c.v.v. నమస్కారమ్స్ అనే మంత్రం అయినా సరే

ఎప్పటికీ ఉపాసన కాదు మార్గం - విపస్సనే శరణ్యం

మంత్రాలన్నింటినీ మరచిపోవాలి...

శ్వాస మీద ధ్యాస అన్నది ఒక్కటే శరణ్యం

అప్పుడే మనం కూడా మాస్టర్స్‌గా అవుతాం

అప్పుడే మనం కూడా ఓ గురువుగా అవుతాం

డిసెంబర్ 28వ తేదీ, 2013

" మంత్రపిండం .. పిరమిడ్ టెక్నాలజీ "

అనేకానేక నక్షత్రలోకాలకు చెందిన మనం అంతా భూలోక కల్యాణార్యార్థమై ఈ లోకానికి విచ్చేసిన దేహధారులం మరి " మాంసపిండాలం " !

" మాంసం పిండం " అయిన ఈ దేహాన్ని మనం ఎంత శాస్త్రీయంగా ఉపయోగించుకోగలుగుతే .. అంత గొప్ప ఫలితాలను దాని వల్ల పొందగలుగుతాం ! మహాకృషి ద్వారానే గాంధీజీ మహాత్ముడయ్యాడు, గౌతముడు బుద్ధుడయ్యాడు ; కనుక మనం కూడా వారిలా ఈ మాంసపిండాన్ని సద్వినియోగపరచుకుని ఒకానొక యుగ పరిణామానికి కారణభూతం కావచ్చు ! లేదా దానికి బాగా తిండి పెట్టి అది బలిసేలా చేసి దానిని రోగాలతో మంచం పట్టేట్లుకూడా చేయవచ్చు ! ఇలా ఈ శరీరంతో మనం ఏదయినా చేసుకోవచ్చు ! అంతా మన ఎంపిక .. మన కృషి.

" శ్రీ సదానంద యోగి గారు " .. " సుభాష్ ! మాంసపిండాన్ని మంత్రపిండంగా చెయ్యాలోయ్ " అన్న సందేశంతో నాకు దిశానిర్దేశం చేసారు. వారి మార్గదర్శనంలో స్థాపించబడిన " పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ మూవ్‌మెంట్ " .. ధ్యానప్రచారం ద్వారా ప్రతి ఒక్కమాంసపిండాన్నీ .. " మంత్రపిండం " లా మారుస్తోంది. ఇది ఒక ఈ విశ్వప్రణాళికా ఉద్యమం !

ఒకప్పుడు టీవీ, రేడియో, ఫోన్‌ల గురించి ఇంత విస్తృతంగా తెలియదు. ఎక్కడో నూటికో, కోటికో ఏ గొప్ప వారి ఇళ్ళలోనో అవి ఉండేవి. ఇప్పుడు అలా కాదు. అతి సామాన్యుడు కూడా వీటిని ఉపయోగిస్తున్నాడు. మరి ప్రతి ఒక్కరి ఇంట్లో టీవి దర్శనం ఇస్తోంది. అలాగే " పిరమిడ్ టెక్నాలజీ " కూడా !

అతి త్వరలో " పిరమిడ్ టెక్నాలజీ " నీ, అందులోని శాస్త్రీయతనూ ప్రపంచమంతా గుర్తిస్తుంది ! దానిని అన్ని రంగాల్లో విస్తృతంగా వినియోగంలోకి తెచ్చుకుంటుంది ! అప్పుడు ఇంతకాలంగా మనం చేస్తూ వచ్చిన పనిని ప్రతి ఒక్కరూ ఎంతో ప్రశంసిస్తారు !

మనో శక్తి

భూమి మీద నడయాడే బీజసదృశ్యమైన దేవుడే ఈ మానవుడు.

అత్యున్నత స్థితికి క్రమక్రమంగా ఎదిగి ఊర్ధ్వలోకాల కెగసిన మానవుడే ఆ దేవుడు.

సప్త శరీరాల శక్తిస్వరూపులే ఇద్దరూ,

సప్త శరీరాలూ సంపూర్తిగా క్రియాశీలకం కాకపోతే మానవుడు.

సప్త శరీరాలూ సంపూర్ణంగా క్రియాశీలకం అయితే దేవుడు.

మన సప్తశరీరాలూ సంపూర్తిగా క్రియాశీలకం అయితే మన మనోశక్తి అపరిమితం.

మన సప్తశరీరాలూ సంపూర్తిగా క్రియాశీలకం కాకపోతే మన మనోశక్తి పరిమితం.

పరిమితులున్న దేవుడే ఈ మానవుడు. పరిమితులు లేని మానవుడే ఈ దేవుడు.

మనపై మనం విధించుకున్న పరిమితుల నుంచి శాశ్వతంగా బయటపడదాం.

కండరాలూ, ఎముకలూ, చర్మమూ, మెదడూ, వీటి కలయిక నేను - అనుకుంటే అంతకు మించిన అజ్ఞానమేముంది.

నేను ఈ భౌతిక శరీరం కాదు అత్యద్భుతమైన, శక్తి స్వరూపుణ్ణి, కాంతి పుంజాన్ని -

అనుకుంటే అంతకు మించిన సుజ్ఞాన మేముంది?

మన చైతన్యం నిత్యమైన ఆ విస్తృత సత్యంలో ఏకమైతే అన్నీ అవుతాయి అర్థం.

అన్నీ అర్థం చేసుకోవడం అంటే మన మనో శక్తిని ఎన్నో రెట్లు పెంపొందించుకోవడం అన్నమాట.

మనస్సు స్వచ్ఛంగా వుంటే మన మనోశక్తి పెంపొందించబడుతుంది.

అనుభవైక అత్మజ్ఞానం అన్నదే స్వచ్ఛమైన ఆలోచనలను ఉద్భవింప జేస్తుంది.

అందుకే మనం కార్మోన్ముఖులమవుదాం...

ఉన్నతమైన మానవులుగా ఎదగడానికీ. ఆత్మజ్ఞాన పరాయణులుగా తయారవడానికీ.

తద్వారా శక్తివంతమైన ఆలోచనా - తరంగాలు గా

మనోశక్తి కాంతి పుంజాలుగా మారటానికీ ...

అప్పుడే, మనం భూమ్మీద నడిచే దేవుళ్ళం గా అవుతాం.

"మనస్సు స్థిమితమైతే సత్యం స్థితం"

మనస్సుని నిలకడగా ఉంచితేనే సత్యం తెలుస్తుంది
శ్వాసే గురువు. మనస్సే శిష్యుడు. మనస్సుని శ్వాస మీద నిలిపినప్పుడే ఆత్మ సాక్షాత్కారమవుతుంది.
" లంఖణం పరమౌషధం " అని పెద్దలు చెప్పినదానికి అర్థం కేవలం ఉపవాసం ఒక్కటే కాదు. మాటల్లో మౌనం, మనస్సులో ధ్యానం కూడా లంఖణంలో భాగమే. అప్పుడే లంఖణం ఔషధ లక్షణాలు కలిగి వుంటుంది.
ప్రతి ఒక్కరూ శ్వాస మీద ధ్యాస వుంచడం ద్వారా ధ్యానాన్ని అలవరుచుకోవాలి. ధ్యానుల సమాజమే అన్ని సమస్యలకు పరిష్కారం.
విశ్వశక్తి ఆవాహన, నాడీమండల శుద్ధి, ఆత్మ దర్శనం ... ఇవన్నీ ధ్యానం వల్లనే కలుగుతాయి. రాముడు, బుద్ధుడు, ఏసు మొదలైనవారిని స్మరించడం కన్నా వారి ఆచరణను మనం పాటిస్తే అసలైన ఫలితం లభిస్తుంది.

మనస్సు - బుద్ధి

కర్మానుసారిణీ బుద్ధిః. .. నేను అంటే శరీరం - మనస్సు - బుద్ధి.
మొదటి సంగతి అందరికీ తెలుసు; ఇక రెండవది మనస్సు.ప్రపంచం మనకు ఇచ్చిందే మనస్సు.
పుట్టినప్పటి నుంచి మనం పెరిగిన ఇంటి వాతావరణం. తల్లిదండ్రులు అభిప్రాయాలు, ఇతర కుటుంబ పెద్దల సుద్దులు - ఇవి అన్నీ వెరసి మనస్సు ను మనకు ఇస్తుంది.ఈ మనస్సు అన్నదే మానవ జీవితాలను పరిపరి దిశలలో లాగుతూంటుంది.
మనస్సుకు లోనైనవాడు సుఖదుఃఖాలను రాత్రి పగలు, ఎండ వాన లా ఎడతెరపి లేకుండా అనుభవిస్తూ వుంటాడు.
ఇకపోతే మూడవదే బుద్ధి.
ప్రపంచం మనకు ఇచ్చేది మనస్సు అయితే
మనకు మనం సువిచారణతో, సాధనతో ఇచ్చుకునేదే బుద్ధి.
అలాగే పూర్వజన్మలలోని అనంతకర్మల సారాంశమే బుద్ధి.
కనుకనే కర్మానుసారాణీ బుద్ధిః అన్నారు.
ప్రపంచ రీతులనూ, ఆధ్యాత్మిక సత్యాలనూ గమనించి అశుభ కర్మలను వదిలిపెట్టేసి,
శుభకర్మలనే చేబడితే క్రమక్రమంగా మనకు ఆ మూడవది, అదే బుద్ధి సంప్రాప్తిస్తుంది.
సత్య ప్రతిరూపమే బుద్ధి, ధర్మ ప్రతిరూపమే బుద్ధి.జ్ఞాన ప్రతిరూపమే బుద్ధి, బుద్ధిలేని మానవుడు శాంతి లేని జీవుడు.

బుద్ధి వున్న జీవుడు ముక్త పురుషుడు.
ప్రపంచం బుద్ధిని ఇవ్వదు. గురువు బుద్ధి వున్నవాడే కానీ ఇతరులకు బుద్ధిని ఇవ్వజాలడు.
నిత్య జాగరూకతతో కూడిన మన శుభకర్మలే మనకు బుద్ధిని ప్రసాదిస్తాయి.
కనుక శుభకర్మలనే చేబడదాం. బుద్ధినే సాధిద్దాం బుద్ధుళ్ళం అవుదాం.

"మానస సరోవర ధ్యాన యాత్రలో కాన్సెప్ట్‌లు"

ABCD ల అర్జున కృష్ణతత్త్వం

' A ' జ్ఞానాన్ని నేర్చుకోగానే అక్కడ ఆగిపోకూడదు. ' B ' జ్ఞానాన్ని నేర్చుకోవాలి. ఇక్కడ ' A ' ఆర్జునతత్త్వం ... అంటే తెలుసుకున్నది. ' B 'అంటే కృష్ణతత్త్వం ... తెలుసుకోవలసింది. ABCD ల జ్ఞాన అర్జునతత్త్వం అయితే, ' E ' ని కృష్ణతత్త్వంగా గ్రహించాలి. అఘాత జ్ఞాన సాగరంలో నేర్చుకున్న జ్ఞానం నీటిబొట్టు ... అంటే అర్జునతత్త్వం. నేర్చుకోవాల్సిన జ్ఞానం సాగరం ... అంటే కృష్ణతత్త్వం ... మనం నిరంతరం అర్జునతత్త్వం నుంచి కృష్ణతత్త్వం ప్రాప్తికి అకుంఠిత కృషి చేయాలి.

శివతత్త్వం

' శివం ' అంటే శుభకరం. శుభాన్ని కలిగించేవాడు శివుడు. శివుడు సంగీతం (ఢమరుక చిహ్నం), నృత్యం, (తాండవభినయం), ధ్యానం (త్రినేత్రం)ల కలయిక. శరీరధారియైన ఏ ఆత్మైనా శివతత్త్వంతో తాదాత్మ్యం చెందాలంటే మొదట ఢమరుక నాదంతో అజ్ఞానాన్ని పారద్రోలి జ్ఞాన సంగీత గ్రాహియై, తాను గ్రహించిన ఆ సంగీతమృతాన్ని నృత్యహేలతో ఆనందపరవశియై తాండవం చేస్తూ జ్ఞాన సంగీతామృతాన్ని అందరికీ పంచి అమృతతుల్యుల్ని చేయాలి.

తద్వారా నిశ్చలమైన జ్ఞాన స్థితిని పొందాలి. శివుని చేతిలోని అగ్ని నిప్పుతో చెలగాటమాడాలని (జీవితంలో ఎట్టి ఒడిదుడుకులనైనా ధైర్యంగా ఎదుర్కోవాలని), భిక్షాపాత్ర ... ప్రతి ఒక్కరి దగ్గర భిక్ష ఎత్తాలని (ప్రతి ఒక్కరి నుంచి జ్ఞానం నేర్చుకోవాలని), కపాలం ... శరీరం యొక్క చివరి దశని సూచిస్తాయి.

దశావతారాలు

దశావతారాల నుంచి మానవుడు గ్రహించి ఆచరించవలసిన సత్యాల వివరణ.

మత్స్య -నిత్య చైతన్య స్థితి

కూర్మ -ప్రాపంచిక విషయాలతో అవసరముంటే కూడాలి, లేదంటే ముడుచుకోవాలి.

వరాహం -భూ భారాన్ని మోయాలి. అంటే భూలోకంలోని అజ్ఞాన భారాన్ని

నృసింహ -సమాజంలోని చెడును చీల్చి చెండాడాలి.

వామన - ఒకపాదం, భూమి మీద రెండోపాదం ఆకాశం మీద, అంటే స్థూల శరీరంతో భూమి మీద ఉంటూ ధ్యానంతో సూక్ష్మశరీరయానం సాగుస్తూ ఊర్ధ్వలోకాలు దర్శించాలి.

పరుశురామ- ఒక లక్ష్యం కోసం పోరాడియైనా జయించాలి.

రామ -కుటుంబ విషయాలని బాధ్యాతతో చూసుకోవాలి.

బలరామ -కష్టపడి ఎవరి సంపాదన వారు సంపాదించుకోవాలి.

కృష్ణ -ఎప్పుడూ మెలకువగా వుండాలి.

బుద్ధ -ధ్యానంతో బుద్ధుడవ్వాలి.

ఐదువ్రేళ్ళ కథ

చిటికెన వ్రేలు - శరీరం (కుంభకర్ణాయణం)

ఉంగరం వ్రేలు - మనస్సు (రావణాయణం)

మధ్య వ్రేలు - బుద్ధి (విభీషణాయణం)

చూపుడు వ్రేలు - జీవుడు/ప్రాణశక్తి (సీతాయణం)

బొటన వ్రేలు - ఆత్మ/మూలచైతన్యం (రామాయణం)

జీవుడు (4), శరీరం, మనస్సు, బుద్ధి (1,2,3) ని వదిలి ఆత్మతో లయమయ్యే విధానాన్ని (హనుమాయణం) అంటాం. అంటే 'ఆనాపానసతి'. జీవుడు (4) ఆత్మను (5) ను చేరడమే ఆత్మాయణం. అప్పుడే విజయం చేకూరుతుంది. బొటనవ్రేలు విజయానికి సూచికం. ఈ అన్నిటి కలయికే "వాల్మీకాయణం".

ఆత్మాయణం

మరణానంతరం తన కర్మ ఫలితాన్ని బట్టి ఆత్మ, భువర్‌లోకం, సువర్‌లోకం, కారణలోకం, మహాకారణలోకానికి వెళ్తుందని, ధ్యానం వలన తను ఆత్మ అని తెలుసుకున్న ఆత్మ భూలోకంలో జన్మించి తన దగ్గరకి వచ్చిన ఆత్మలకు ఆత్మజ్ఞానాన్ని ప్రసాదించి తత్ఫలితంగా తపోలోకానికి చేరుతుంది. తిరిగి జన్మించి తనే ఎన్నో ఆత్మల దగ్గరికి వెళ్ళి ఆత్మజ్ఞానాన్ని ప్రసాదించి బుద్ధుడై శరీరం త్యజించి సత్యలోకానికి పరిపూర్ణ ఆత్మగా చేరి తనే అంశాత్మలని సృష్టిస్తుంది.

"మనం ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తలం"

మనం ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తలం
ఆత్మశాస్త్రం, ఆత్మవత్ జీవితం .. ఇవే మన అధ్యయనా క్షేత్రాలు
మనం ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తలం
జీవిత విషయాలన్నింటినీ సశాస్త్రీయ దృక్పథంతో పరీక్షించడం .. ఇదే మన నిజ ఆత్మప్రకృతి
మనం ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తలం
ధ్యానజనితశక్తిలో సదా తేలియాడగలగడం .. ఇదే మన మౌలిక సామర్థ్యం
మనం ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తలం
అనంత సూక్ష్మలోకాలలో సూక్ష్మశరీరయానాలు చేయబూనడం .. ఇదే ,మన మహా అభీష్టం
మనం ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తలం
సకల పరిస్థితులలోనూ సహజ అవబోధ కలిగి వుండటం .. ఇదే మన నిగూఢ శక్తి
మనం ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తలం
ప్రతి ఒక్కరికీ ఆత్మజ్ఞానప్రకాశాన్ని కలుగజేయడం .. ఇదే మన అఖండ ఆశయం
మనం ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తలం
సమస్త సామాన్య ప్రజానీకానికి ధ్యాన - ఆరోగ్య-విధానాన్ని అందించడం .. ఇదే మన రోజువారీ కార్యక్రమం
మనం ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తలం
అహింసాయుత, శాంతియుత, ఉత్తమ మానవాళి నిర్మాణం .. ఇదే మన మధుర స్వప్నం
మనం ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తలం
'శాకాహార -ధర్మ జగత్' సాధన .. ఇదే మన పరమ పవిత్ర లక్ష్యం
మనం ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తలం
ప్రపంచ దేశాలన్నింటిలో ఆధ్యాత్మిక యోగుల ప్రభుత్వాల స్థాపన .. ఇదే మన దృఢ ప్రణాళిక
మనం ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తలం
ఇండియన్ ఫెడరేషన్ ఆఫ్ స్పిరిచ్యువల్ సైంటిస్ట్స్ (IFSS) .. ఇదే మన మహా ఐక్యవేదిక

"మనఃప్రలోభం - అంతరాత్మప్రలోభం"

మనస్సు ఏది చెప్పితే అది చేయడమే "మనఃప్రలోభం" లో పడటం అంటే
ఇది అధముల లక్షణం
ఉత్తముడు ఎప్పుడూ అంతరాత్మ ప్రభోధాన్ని గుర్తిస్తాడు
'అంతరాత్మ' అంటే 'పూర్ణాత్మ',
"అంతరాత్మ ప్రభోధం" అంటే, "పూర్ణాత్మతో సంబంధం నెలకొల్పుకోవడం" అన్నమాట
దాని ఆధారం గానే కోరికలను హద్దుల్లో ఉంచుకుంటాడు ఉత్తముడు

మనఃప్రలోభాలకు ఎంతమాత్రమూ లొంగకుండా అంతరాత్మ ప్రభోధాన్ని
ఎప్పటికప్పుడు గమనించేవాడే నిత్యశ్రేయస్సును పొందుతాడు

*** 'త్రికరణ శుద్ధి'ఉన్నవాడికే అంతరాత్మ ప్రభోధం స్పష్టంగా తెలుస్తుంది.**

*** అదే 'యోగి' కూడా అయితే ఇక పరమ గురువులతో, అంతరంగంలో ముఖాముఖి సంభాషణ చాలా సహజంగా వుంటుంది.**

మన దేశాన్ని మనమే తీర్చిదిద్దుకోవాలి

ఎందరో మహానుభావుల కలల సాకారమే " పిరమిడ్ పార్టీ ఆఫ్ ఇండియా "! మంచివాళ్ళు అందరూ రాజకీయాలకు దూరంగా ఉంటున్నారు కనుకనే అవినీతి, బంధుప్రీతి, అన్యాయం మరి హింసాప్రవృత్తులు ఈ రోజు విశృంఖలంగా రాజ్యం ఏలుతున్నాయి.
ఒకానొక ఆత్మజ్ఞాని .. ఒకానొక ఇంటి లోపలికి ప్రవేశిస్తే, మెల్లి మెల్లిగా ఆ ఇల్లంతా శక్తివంతం అయినట్లే .. ఒకానొక ఆత్మజ్ఞాని కూడా ఆసెంబ్లీలోకి కానీ, పార్లమెంటులోకి కానీ ప్రవేశిస్తే .. అవి కూడా దేవాలయాల్లాగా మారి శక్తివంతం అవుతాయి. క్రొత్త నీరు వస్తే .. పాత చెత్త నీరు బయటకు పోతుంది. ప్రపంచం అంతా ధర్మం పరిఢవిల్లాలి!

" అహింసా పరమో ధర్మః ": మగవాడు ఆడవాళ్ళనూ, తల్లిదండ్రులు పిల్లలనూ, మానవాళి అంతా జంతువులనూ హింసిస్తున్నారు. " అహింసే పరమధర్మం " అని ప్రతిఒక్కరూ ఎప్పుడు తెలుసుకుంటారో .. అప్పుడే ధర్మసంస్థాపన అన్నది జరుగుతుంది. ఆ రోజు కోసం ఎదురుచూద్దాం.

" ఎదురు చూడడం " అంటే చేతులు ముడుచుకుని కూర్చోం! చేతులు కలిపి ధ్యానం చేస్తాం. ధ్యానం నుంచే అన్నీ వస్తాయి. " మహాత్మా గాంధీజీ " లాంటివారే ముఖ్యమంత్రిగా, ' MP ' గా ' MLA ' గా రావాలి! అదే మన తీర్మానం. దానికి మన ధ్యానశక్తిని తోడు వుంచుదాం. యోగుల మనస్సులో ఏదైతే మెదులుతుందో అది ఆస్ట్రల్‌గా నిర్మాణం జరిగి భౌతికంగా అవతరించి సామాన్య ప్రజలకు వాస్తవంగా ఆవిర్భవిస్తుంది.

ఎక్కడా హింస అనేది వుండకూడదు! ఎవ్వరూ హింసకు పాల్పడరాదు. మానవుడు ఏ ప్రాణినీ చంపకూడదు. మానవులంతా అమానువత్వంతో వున్నారు. అమానుషత్వం పోయి " మానవత్వం " సిద్ధించాలి. అమానుషత్వాన్ని చెరిపే శక్తి ఒక్క ధ్యానానికే వుంది. ధర్మవర్తనులు మరి అహింసాత్మకులు అయిన వారే రాజ్యపాలన చెయ్యాలి. ధ్యానం చేయకపోతే హింసా ప్రవృత్తి .. ధ్యానం చేస్తే అహింసా ప్రవృత్తి!

సమస్త మానవాళీ జంతువుల్ని హింసించి, పీడించి తింటున్నారు .. అది లేకపోతే పిరమిడ్ పార్టీ ఆవిర్భావించేది కాదు, పిరమిడ్ మాస్టర్ పుట్టి వుండేవాడే కాదు ; మానవులను భగవంతులుగా చేయడానికే పిరమిడ్ మాస్టర్లు పుట్టారు. పిరమిడ్ మాస్టర్ల సంఘటిత రాజకీయ ఏకీకృతమే " పిరమిడ్ పార్టీ "!

ప్రపంచం అంతా పిరమిడ్ పార్టీ ఆఫ్ ఇండియా వైపు చూసే రోజు త్వరలో వస్తుంది. అనాదిగా ఆధ్యాత్మిక వేత్తలు రాజకీయ రంగప్రవేశం చేసి దేశసేవలో విస్తృతంగా పాలుపంచుకున్నట్లు చరిత్ర చెపుతోంది. మనం మన దేహాన్ని ఎలా కాపాడుకుంటున్నామో .. అలాగే మన దేశాన్ని కూడా మనం కాపాడుకోవలసిన బాధ్యత మనపైన ఉంది. మన ఇంటిని మనం ఎలా శుభ్రంగా తీర్చిదిద్దుకుంటున్నామో అలాగే మంచితో ఈ దేశాన్ని కూడా మనం తీర్చిదిద్దుకోవాలి.

మాంసాహారం తినేవాడు ఎవ్వరూ రాజకీయ పదవులు చేపట్టరాదు. రాక్షసప్రవృత్తితో కూడుకుని వున్న ఇలాంటి హింసాత్మకులు ప్రజలను ఏలడానికి సుతరామూ పనికిరారు. ఒక జీవిని రక్షించలేని వాడు దేశాన్ని ఏ రకంగా రక్షించ గలుగుతాడు? మూగ జీవుల్ని భక్షించేవాడు, మనల్నీ మన దేశాన్నీ కూడా చక్కగా భక్షించివేస్తాడు. కాబట్టి ఐదేళ్ళపాటు దేశాన్ని పరిపాలించే పాలకులను ఎన్నుకునేటప్పుడు మనం ఎన్నో రకాలుగా ఆలోచించాలి!

వందల యేళ్ళుగా సోక్రటీస్, అరిస్టాటిల్, ప్లేటో, మహాత్మాగాంధీ, బాలగంగాధర్ తిలక్, లాలాలజపతిరాయ్, అరబిందో, వీరబ్రహ్మేంద్రస్వామి లాంటి మహానుభావుల కన్న కలలు నిజంకావాలి అంటే ఆత్మజ్ఞానులు తప్పనిసరిగా రాజకీయాల్లోనికి రావాలి .. హింసలేని పాలన తేవాలి .. ప్రజలంతా తక్షణం ధ్యానాత్ములుగా ధర్మాత్ములుగా మారాలి!

"మన ఆరోగ్యం మన చేతుల్లోనే ఉంది"

అనారోగ్యం విపరీతంగా ప్రబలి, కనీస ఆరోగ్యం కోసం అర్రులు చాచి ఉన్న వర్తమాన సమాజానికి .. సంపూర్ణ అరోగ్యశాస్త్రం యొక్క విలువను తెలియజేసి వారికి సంపూర్ణ ఆనందాన్ని కల్పించటానికి పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ మూవ్‌మెంట్ యొక్క "ధ్యాన ఆరోగ్య విధానం" నిర్దేశింపబడి వుంది!

వాస్తవానికి సకల రోగాలకు కూడా మన అడ్డదిడ్డమైన, అశాస్త్రీయమైన తిండి విధానాలు .. మన అడ్డదిడ్డమైన, అశాస్త్రీయమైన తిండి విధానాలు .. మన అడ్డదిడ్డమైన, అశాస్త్రీయమైన ఆలోచనా విధానాలు .. మాత్రమే కారణం. వీటన్నింటినీ నిరంతర ధ్యాన, స్వాధ్యాయ, సజ్జన సాంగత్యాలతో రూపుమాపి .. అనారోగ్యాన్ని శాశ్వతంగా నిర్మూలించడం పై సరియైన అవగాహన కల్పించటమే "ధ్యాన ఆరోగ్య విధానం" యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశ్యం.

దీర్ఘకాలిక రోగాలైన రక్తపోటు, మధుమేహం, నడుము నొప్పి, తలనొప్పి, నరాల సంబంధిత వ్యాధులకూ మరి మానసిక వ్యాధులకు ఏ ఆల్లోపతి మందులు వాడనవసరం లేకుండానే ఎవరికి వారే ధ్యానం ద్వారా వచ్చే విశ్వశక్తితో తమ నాడీమండలాన్ని శుద్ధి చేసుకుంటూ సంపూర్ణంగా స్వీయ చికిత్స చేసుకోగలుగుతారు.

"మానవుడు ఏడు శరీరాల సముదాయం అని శాస్త్రం తెలియజేస్తోంది"

అన్నమయకోశం... Physical Body

ప్రాణమయకోశం.. Etheric Body

మనోమయకోశం.. Astral Body

విజ్ఞానమయకోశం..Causal Body

ఆనందమయకోశం.. Spiritual Body

విశ్వమయకోశం... Cosmic Body

నిర్వాణమయకోశం..Nirvanic Body

ప్రాణమయకోశంలో విస్తరించి వున్న సుమారు 2,72,000 నాడుల సముదాయాన్నే "నాడీ మండలం" అంటాము. ఈ ప్రాణమయకోశంలోని నాడుల ద్వారానే భౌతిక శరీరానికి కావలసిన విశ్వమయప్రాణశక్తి సరఫరా అవుతూ వుంటుంది.

ప్రతి ఊరికి కొన్ని ముఖ్యమైన "రహదారి కూడళ్ళు" వున్నట్లే నాడీ మండలంలో వున్న 2,72,000 నాడులు కూడా కొన్ని కొన్ని ముఖ్య ప్రదేశాలలో అనుసంధానం అయ్యి అత్యంత ప్రధానంగా వుంటాయి. ఈ ముఖ్యప్రదేశాలనే "షట్‌చక్రాలు" అంటాం.

1. మూలాధార

2. స్వాధిష్ఠాన

3. మణిపూరక

4. అనాహత

5. విశుద్ధ

6. ఆజ్ఞ

ఈ చక్రాలన్నీ అన్నమయకోశంలోని గుదస్థానం మొదలుకుని తల వరకు .. వెన్నెముకకు సమాంతరంగా.. ప్రాణమయకోశంలో అమర్చి వుంటాయి. వీటన్నింటినీ దాటిన తరువాత వున్న "సహస్రారం" అన్న "చక్రాతీతస్థితి" కుండలినీలోని చివరి స్థితి.

"నాడీమండల అశుద్ధి"

ఒక్కొక్కసారి ప్రాణమయశరీరంలోని నాడులు .. పూర్వపు పాపకర్మలవల్ల మరి వర్తమానపు అశాస్త్రీయ జీవన విధానం వల్ల అపరిశుద్ధంగా వుండి నాడీమండలంలో ప్రాణశక్తిని సరిగ్గా సరఫరా కానీయకుండా అడ్డుకుంటూ సకల రోగాలకు కారకాలవుతూ వుంటాయి. "పాపకర్మలు" అంటే "మాంసాహారం తీసుకోవటం".. "జీవిత న్యాయానికి వ్యతిరేకంగా హింసాత్మక కార్యకలాపాలు సాగించటం" మొదలైనవి. హింసాత్మకమైన మార్గాలు ఎప్పుడు ఇతరులకూ మరి మనకు కూడా ఇబ్బంది కారకాలుగా అవుతాయి.

మనం ఆధ్యాత్మికశాస్త్రం యొక్క మౌలిక సత్యాలను తెలుసుకోకుండా కేవలం ప్రాపంచిక జ్ఞానంతో .. దేహాన్నీ, మనస్సునూ మాత్రమే లెక్కించుకుంటే అది .. సర్వ అనారోగ్యాలకూ మూలహేతువు అవుతుంది. ఇలాంటి అజ్ఞానం వల్లనే నాడీమండలం లోని ప్రాణశక్తి నాళాలలో "అవరోధాలు" అంటే "blocks" ఏర్పడుతాయి.

దీని వలన ప్రాణమయకోశంలోని ఆయా ప్రాంతాలలో ప్రాణశక్తి క్షీణించి అవి ఇతర ప్రాణి సమూహాలయిన బ్యాక్టీరియా, వైరస్‌లకు నిలయమై .. వాటి వలన అనేక వ్యాధులు, మరి పీడలు కలుగుతాయి. క్రమక్రమంగా దేహం మొత్తం సకల వ్యాధులకు నిలయమై "దేవాలయం" గా వుండవలసిన మన దేహం "రోగాలయం" గా మారుతుంది. నాడీమండలంలో ఉన్న ఈ అశుద్ధిని తొలిగించకుండా పైపైన ఎన్ని మందులు వాడినా, మరి ఎన్ని ఇతర వైద్య విధానాలకు ఈ భౌతిక శరీరాన్ని గురి చేసినా కూడా .. అదంతా "తాత్కాలిక ఉపశమనమే" తప్ప "శాశ్వత చికిత్స" కానే కాదు.

"నాడీమండలశుద్ధి"

మనం నిద్రించే సమయంలో మన ప్రాణమయకోశం విశ్వం విశ్వశక్తిని నుంచి గ్రహిస్తూ వుంటుంది. అందుకే మనం రోజువారీ పనులతో ఎంత అలసిపోయినా కూడా .. కాస్సేపు నిద్రపోయి లేవగానే మళ్ళీ మనకు శక్తి వచ్చినట్లు తాజాగా అనిపిస్తుంది. నిద్ర సరిగ్గా రాకపోతే శరీరం శక్తిహీనంగా వుంటుంది. అయితే, రోగాలను పూర్తిగా నయం చేసే శక్తి మాత్రం మనకు నిద్రవల్ల లభించదు. అది ఒక్క ధ్యానంలో మాత్రమే సాధ్యమవుతుంది. ఎందుకంటే ధ్యానంలోని ఆలోచనా రహితమైన స్థితిలోనే అనలోకి మరింత ఎక్కువగా కాస్మిక్ ఎనర్జీ ప్రవహించి ప్రాణమయకోశం మరింత తేజోవంతంగా తయారవుతుంది.

ధ్యానస్థితిలో.. ఒక ప్రక్క "ఆత్మశక్తి యొక్కఖర్చు" తగ్గుతూ .. మరొక ప్రక్క "విశ్వమయప్రాణశక్తి యొక్క జమ" పెరుగుతూ వుంటుదన్న మాట. ఏకకాలంలో జరిగే ఈ రెండింటి సంఘటనల వల్ల ప్రాణమయకోశంలోని "పూర్వపు పాపకర్మజనిత రోగ కారణాలు" అంటే "మలిన నాడులు" అన్నవి మూలాలతోసహా శుభ్రపరచబడతాయి.

"ధ్యాన స్థితిలో నొప్పులు"

ధ్యానం చేస్తున్నప్పుడు కొన్ని చోట్ల "నొప్పులు" రావచ్చు. ఆ నొప్పులు ధ్యానానికి ముందు మరి ధ్యానం ముగించిన తరువాత కూడా ఉండవు; ధ్యానం చేసినప్పుడు మాత్రమే వస్తాయి. అలా ధ్యానంలో మాత్రమే ఎక్కువ నొప్పులు వస్తున్నాయంటే .. అక్కడి ప్రాణమయకోశంలోని నాడీమండలం శుభ్రపడుతూ .. "రోగ కారణం" అన్నది అక్కడ శాశ్వతంగా నివారణ అవుతూన్నదని అర్థం. రెండు మూడు రోజులు ధ్యానం చేసిన తర్వాత ఇక అక్కడ నొప్పి రాదు. అయితే వేరే చోట్ల నొప్పి వస్తే రావచ్చు. ఈ విధంగా క్రమక్రమంగా వివిధ భౌతిక శరీర భాగాలన్నీ ఒక దాని తర్వాత ఒకటి పూర్తిగా శుభ్రపడినప్పుడు ఇక ఎప్పటికీ "రోగం" అన్న ప్రసక్తే ఉండదు. ఈ నొప్పులు ధ్యానంలో వున్నంత సేపు మాత్రమే వుంటాయి కనుక మనం భయపడి డాక్టర్ల దగ్గరకు వెళ్ళకూడదు.. మరి వాటికోసం ఎటువంటి మందులు కూడా వాడకూడదు.

మన భౌతిక శరీరంలోంచి విశ్వమయప్రాణశక్తి ప్రధానంగా బయటకు ప్రసారమయ్యే ద్వారాలు.. రెండు కళ్ళు, రెండు చేతులు వ్రేళ్ళ చివరలు, రెండు పాదాల వ్రేళ్ళ చివరలు. కనుకనే ధ్యానంలో కళ్ళు మూసి ఉండడం, వ్రేళ్ళలో వ్రేళ్ళు పెట్టడం, కాళ్ళు రెండూ 'క్రాస్' చేసి ఉంచడం జరుగుతుంది. తద్వారా శరీరంలోని విశ్వమయప్రాణశక్తి శరీరంలోనే భద్రపరచబడి ఉంటుంది.

నాడీమండలశుద్ధీ సంపూర్ణంగా పూర్తి అయిన తరువాత "దివ్యచక్షువు" అంటే "ఆజ్ఞాచక్రం" యొక్క ఉత్తేజితం కూడా ప్రకృతి సహజంగానే జరుగుతుంది.

"రోగుల సమస్యలు-ధ్యానశాస్త్రజ్ఞుల కర్తవ్యాలు"

"సమస్యలు అనేవి రోగులు ఎవరికివారే సృష్టించుకున్నవి" అనే విషయాన్ని రోగులకు తెలియజేయడం.

"సమస్యలు కేవలం స్వీయచర్యల వలన మాత్రమే పరిష్కరింపబడతాయి; ఇతరులపై ఆధారపడటమనేది సమస్యలను మరింత జటిలం చేసుకోవడమే" అని రోగులకు తెలియజేయడం.

చెడు కర్మలను దగ్ధం చేసుకోవడంలో శాకాహారం యొక్క మౌలిక పాత్రను ప్రజలకు విస్తారంగా తెలియజేయడం.

సంపూర్ణ ఆరోగ్యం సమకూరడానికి పిరమిడ్ అద్భుత శక్తి, మరి పిరమిడ్ ధ్యానం యొక్క ప్రముఖ పాత్రను గురించి రోగులను చైతన్యవంతులుగా చేయడం.

రోగులు తమతమ వ్యాధులను తామే స్వంతంగా రూపుమాపడానికి చేసే ప్రయత్నాలలో.. ధ్యానశాస్త్రజ్ఞులు వారికి మానసిక ప్రోత్సాహాన్ని అందించగలరు.

"రోగులకు వుండవలసిన అవగాహనలు"

"మనం సామాన్యులం కాము. మనలో అనంతమైన శక్తి-సామర్థ్యాలు నిబిడీకృతమై వున్నాయి. వాటిని నిత్యజీవితంలో సక్రమంగా వినియోగించుకోవాలి" అని రోగులు అందరూ గుర్తుంచుకోవాలి!

దేహం పట్ల మూఢ నమ్మకాలనూ, మరి తప్పుడు విశ్వాసాలనూ రోగులు సంపూర్ణంగా వదిలించుకోవాలి. "దేహం యొక్క శక్తి అనంతం! దేహాన్ని కంపు చేయకుండా వదిలేస్తే ఆ దేహం తనకు తానుగా ఆరోగ్యంగా వుంటూ మనకు కూడా ఎంతైనా ఇవ్వగలదు!" అని సదా స్ఫురణలో వుంచుకోవాలి.

ఆరోగ్యం రావడానికీ, మరి రోగం పోగొట్టుకోవడానికీ తానే బాధ్యుడనని ప్రతి రోగి కూడా గుర్తించాలి.

ప్రతి రోగి కూడా తనలోని స్వంత వైద్యుడిని మేల్కొల్పగలగాలి.

"పూర్వజన్మకృతం పాపం వ్యాధిరూపేణ పీడ్యతే! ఆరోగ్యం అనేది బయటి వారెవరో ప్రసాదించే భిక్ష కాదు; అది ఎవరికి వారు సమర్పించుకునే అమూల్య కానుక".. అన్నది ప్రతి రోగి కూడా తప్పక ఎరుకలో వుంచుకోవాలి.

"పాటించవలసిన ఆరోగ్య చిట్కాలు"

పుణ్య కార్యక్రమాలు సదా చేపడుతూ వుండాలి.
"మాంసాహారాన్ని, గ్రుడ్లతో సహా..పూర్తిగా త్యజించాలి!
శాకాహారిగా మారి క్రమక్రమంగా'ఫలహారి' గా రూపుదాల్చాలి!
అందులోనూ పరిమితాహారం చాలా శ్రేష్ఠం!
ప్రకృతితో సదా సాన్నిహిత్యం కలిగివుండాలి! అంటే అడవుల్లో, కొండల్లో, కోనల్లో, సముద్రతీరాల్లో అప్పుడప్పుడు విహరిస్తూండాలి.

నిరంతరం సృజనాత్మక కార్యకలాపాలు..అంటే క్రొత్త క్రొత్త ఆటలు, పాటలు మొదలైనవి చేపడుతూ వుండాలి; జీవితం అంటే ఒక పండుగలాగా గడపాలి; ముఖ్యంగా అన్ని రకాల వైరాగ్యభావనలకూ దూరంగా వుండాలి.

ఆహ్లాదం, ఉల్లాసం, చమత్కారం, హాస్యం..మొదలైన వాటిలో ఎప్పుడూ మునిగి తేలుతూండాలి.

పనికి మాలిన మాటలు మాట్లాడటం, వినటం సంపూర్ణంగా మానివేయాలి.

"మాంసాహారం తినకూడదు"

మాంసాహారం అనేది అసలు ఆహారమే కాదు. అది విష పదార్థం. శరీరాన్ని కృశింప చేస్తుంది. నశింప చేస్తుంది. రోగమయం చేస్తుంది.

కనుక మానవుని సరియైన ఆహారం శాకాహారమే. మానవుడు క్రూర జంతువుకాదు ... జంతువులను చంపి కోసుకుని తినడానికి, మానవుడు శాకాహారి; కనుక చక్కటి స్వాదిష్ఠమైన శాకాహారమే, రుచికరమైన శాకాహారమే భుజించాలి.

నిజానికి పిరమిడ్ మాస్టర్లకే కాదు, పిరమిడ్ ధ్యానులకే కాదు, ధ్యానులు కానివారికీ మరి మాస్టర్స్ కానివారికీ, సమస్త మానవాళికి మౌలికమైన పాయింట్ -శాకాహారం.

శాకాహారం తీసుకునేవారికి ధ్యానం చాలా తొందరగా వస్తుంది. ధ్యానం మొదలుపెట్టిన వారికి వెంటనే శాకాహారం అభ్యాసం అవుతుంది ; మాంసాహారం వివర్జితమవుతుంది. మామూలు సైన్స్ - మెడికల్ సైన్స్ చెప్పినట్లు 'మాంసకృత్తులు' మాంసాహారం లోనే ఉంటాయంటే అది చాలా పొరపాటు. మాంసకృత్తులు శాకాహారంలోనే ఎక్కువ పాళ్ళలో వుంటాయి. కనుక ఎవ్వరూ కూడానూ మాంసాహారం తీసుకోకూడదు. అందరూ కూడా శాకాహారమే తీసుకోవాలి. శాకాహారంలో కూడానూ ఫ్రిజ్‌లో పెట్టిన రెండు రోజుల సాంబారు, మూడురోజుల కూర తీసుకోకూడదు. ఫ్రెష్‌గా చేసుకుని తినాలి ; వేడి వేడిగా తినాలి. పళ్ళు ఎక్కువుగా తీసుకోవాలి. నీరు చాలా ఎక్కువుగా త్రాగాలి. నీరు ఎంత ఎక్కువుగా త్రాగితే శరీరానికి అంత మంచిది.

"మహదవధానం"

"మహత్" అంటే గొప్ప;
"అవధానం" అంటే "చదువు",
కనుక "మహదవధానం" అంటే "అన్నిటికన్నా గొప్ప చదువు" అన్నమాట.

 శంకరాచార్యుల వారి భజగోవిందంలోని ఒక శ్లోకం :
"ప్రాణాయామం ప్రత్యాహారం నిత్యానిత్య వివేక విచారం -
జాప్యసమేత సమాధి విధానం - కుర్వవధానం మహదవధానం"

 "ప్రాణాయామం" అంటే, "ఉచ్చ్వాస నిశ్వాసలను గమనించడం"
"ప్రత్యాహారం" అంటే, "బహిరేంద్రియాలు అంతర్ముఖం చేయడం;
తద్వారా అంతరేంద్రియం ఉత్తేజితం కావడం"
"నిత్యానిత్య వివేక విచారం" అంటే, "ఏది సత్యం? ఏది అనిత్యం?"
అనేది స్పష్టంగా తెలుసుకోవడం"
"జపం" అంటే "అభ్యాసం", "తిరిగి తిరిగి అదే పనిని చేయడం" అన్నమాట
'జాప్యసమేత' అంటే, 'జపంతో కూడుకుని వున్న'
 "జాప్యసమేత సమాధి విధానం" అంటే,
"ప్రాణాయామం; ప్రత్యాహారం, నిత్యానిత్య వివేక విచారం -
అనే మూడింటినీ ఎప్పటికప్పుడు, మళ్ళీ మళ్ళీ విధిగా అభ్యాసం చేస్తూ వుండటం" అన్నమాట

అదే "సమాధి విధానం", అంటే 'సమాధి స్థితికి దారి',

 "కురు అవధానం" అంటే "ఈ చదువు చదువు " అని

యోగవిద్యయే, బ్రహ్మవిద్యయే అన్నింటికన్నా
'గొప్ప చదువు', అంటే 'మహదవధానం'

" మహాభాగ్య విశ్వరూపం "

శారీరకపరంగా ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం...

మానసికపరంగా ప్రశాంతతే మహాభాగ్యం

సామాజికపరంగా ప్రాణమిత్రులుండటమే మహాభాగ్యం

ఆధ్యాత్మికపరంగా దివ్యచక్షువు ఉత్తేజితమై వుండటమే మహాభాగ్యం

ఆహారపరంగా రెండు పూటలా రుచికరమైన తిండి వుండటమే మహాభాగ్యం

కుటుంబపరంగా పరస్పరానుకూల దాంపత్యం కలిగి వుండటమే మహాభాగ్యం

ఇంటి ఆవరణలో రకరకాల మొక్కలనూ, చెట్లనూ పెంచ గలగడమే మహాభాగ్యం

పక్షులనూ, జంతువులనూ పోషిస్తూ, వాటిని సంరక్షిస్తూ వుండగలగడమే మహాభాగ్యం

రోజంతా కష్టపడిన తరువాత కొన్ని గంటలైనా సుఖంగా నిద్రపోగలగడమే మహాభాగ్యం

ప్రతిరోజూ చక్కటి సునాదమైన సంగీతాన్ని వినగలగడమే మహాభాగ్యం

సంగీతానికి మైమరచి అప్పుడప్పుడూ నృత్యం చేయగలగడమే మహాభాగ్యం

రోజుకో ఆట, అందరితో కలిసి ఆడగలగడమే మహాభాగ్యం

మహానుభావుల పుస్తకాలు చదవడమే మహాభాగ్యం

రోజుకో గంటసేపు సజ్జనులతో గోష్ఠి చేయడమే మాహాభాగ్యం

రకరకాల కళలను పరిచయం చేసుకోవడమే మహాభాగ్యం

రోజుకో గంటసేపు మౌనంగా ఉండటమే మహాభాగ్యం

మనకు తెలిసినవి ఇతరులకు నేర్పించడమే మహాభాగ్యం

కొండల్లో, లోయల్లో, అడవుల్లో ఏకాంతంగా వుండగలగడమే మహాభాగ్యం

నివసిస్తున్న ఇల్లు పరిశుభ్రంగా వుంచుకోగలగటమే మహాభాగ్యం

ప్రతి సూర్యోదయాన్నీ, ప్రతి సూర్యాస్తమయాన్నీ,పున్నమి ప్రశాంతతనూ ..

ప్రకృతి అందాలను కనులవిందుగా అనుభవించగలగడమే మహాభాగ్యం

నదీ స్నానాలు, సముద్ర స్నానాలు వీలైనప్పుడల్లా చేయగలగడమే మహాభాగ్యం

చిన్నపిల్లలతో అన్నీ మరిచిపోయి కేరింతలు కొట్టడమే మహాభాగ్యం

కళ్ళు మూసుకుని ' శ్వాస మీద ధ్యాస ' పెట్టడమే మహాభాగ్యం !

మహావాక్యాలు"

ఈ క్రింది ఉపనిషత్ వాక్యాలను "మహావాక్యాలు" అంటాం:

1. "ప్రజ్ఞానం బ్రహ్మ"

ప్రజ్ఞానం అంటే పరిపూర్ణ జ్ఞానం;
మూలచైతన్య అవగాహనే పరిపూర్ణ జ్ఞానం
ప్రజ్ఞానమే 'బ్రహ్మ' అనబడుతుంది

2. "అహం బ్రహ్మాస్మి"

'నేను' అనే పదార్థమే ఆ ప్రజ్ఞానం;
'నేను' అన్నదే ఆ మూలచైతన్యం, ఆ విశ్వాత్మ, ఆ 'బ్రహ్మ'

3. "అయం ఆత్మా బ్రహ్మ"

ఈ నా ఆత్మే ఆ 'విశ్వాత్మ' అయి వుంది

4. "తత్వమసి"

'నువ్వు' కూడా అదే, ఆ విశ్వాత్మే, ఆ ప్రజ్ఞానమే.

5. "సర్వం ఖల్విదం బ్రహ్మ"

ఈ ఉన్నదంతా ఆ విశ్వాత్మమయమే -
ఆ ప్రజ్ఞానమే - ఆ బ్రహ్మమే.

ద్రష్టలైన ఋషులు తమ ధ్యాననిష్టలో తాము తెలుసుకున్న అనుభవాలన్నింటినీ క్రోడీకరించి అర్థం చేసుకుని చెప్పిన అఖండ సత్య సూత్రాలివి

మహాయోగిని జిల్లెళ్ళమూడి అమ్మ

నవ్య ఆంధ్రరాష్ట్రపు ఆధ్యాత్మిక మణులలో జిల్లెళ్ళమూడి అమ్మ అగ్రగణ్యులు.

అనేక జన్మల్లో అపారమైన యోగసాధన, ఆధ్యాత్మికత అన్నది వున్నప్పుడే ఆవిడ లాంటి జీవితం సాధ్యం.

అన్నీ తానై - తానే అన్నీ అయి విలసిల్లింది ఆవిడ.

దైనందిక జీవితంలో పరిపూర్ణ బ్రహ్మత్వానికి ఆ యోగిని అద్భుత దర్పణం.

పండితాసమదర్శినః :- అని భగవద్గీత అంటోంది - అంటే సిద్ధి పొందిన వారినీ, సిద్ధి పొందని వారినీ సమంగా చూసేదే యోగం.

యోగస్థఃకురుకర్మాణిసంగంత్యక్త్వాఅని కూడా భగవద్గీత అంటోంది. అంటే:

అన్ని రకాల కర్మలనూ యోగ స్థితిలో వుండే చెయ్యి దేనికి అంటుకోకుండా అని అర్థం.

జిల్లెళ్ళమూడి అమ్మ ఆ విధంగా మహా, మహా, యోగిని, 1970 లో ఆవిడ దర్శనం చేసుకోవడం నాకు జరిగింది.

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీల మాస్టర్లందరికీ

ఆవిడ జీవితం ఆదర్శం
ఆవిడ జ్ఞానం ఆదర్శం
ఆవిడ ఆదర్శమే ఆదర్శం

మాంస పిండం -మంత్ర పిండం"

కర్నూలు స్వామీజీ, శ్రీ సదానంద యోగి ఎప్పుడూ అంటూ వుండేవారు -

"సుభాష్ , . . మాంస పిండాన్ని మంత్ర పిండంగా చేయాలోయ్ : " అని

'మాంస పిండం' అంటే 'అన్నమయకోశం'
దీనినే 'మంత్ర పిండం' గా అంటే
'ప్రాణమయ కోశం' లా చేసుకోవాలి
అంటే, 'ఎనర్జీ బాడీ' గా అన్నమాట

ఇదే యోగ పరాకాష్ఠ
'ఖండ యోగం' లాంటి క్రియలు అప్పుడే సాధ్యం ;
అలాంటి క్రియలు
సదానంద యోగి తాను స్వయంగా సాధించి చెప్పినవారు
షిర్డీసాయి కూడా మనకు అలాగే చేసు చూపించారు
మహాయోగి శ్రీ కాశిరెడ్డి నాయన
కూడా ఈ 'ఖండ యోగం' కోవకు చెందినవాడే

*** "డాన్ యువాన్" జట్టుకు చెందిన గురువులు,**
వారి శిష్యులు అందరూ సాధించింది ఇదే ;
ఈ విషయాలన్నీ క్షుణ్ణంగా తెలుసుకోవాలి అంటే
కార్లోస్ కాస్టానెడా పుస్తకాలు చదివితీరాలి

*** సృష్టిలోని మహాయోగులందరూ తమ తమ మాంసపిండాలను . .**
అంటే భౌతికకాయాలను 'మంత్రపిండాలు'గా చేసుకున్నవారే

మహా భాగ్యం

మనిషికి శారీరకపరం గా ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం.

మనిషికి మానసికపరం గా ప్రశాంతతే మహాభాగ్యం.

మనిషికి బుద్ధిపరం గా శాస్త్రీయ దృక్పథమే మహాభాగ్యం.

మనిషికి సామాజికపరం గా శాస్త్రీయ ప్రాణ మిత్రులుండటమే మహాభాగ్యం.

మనిషికి ఆధ్యాత్మికపరం గా దివ్యచక్షువు ఉత్తేజితమై వుండటమే మహాభాగ్యం.

మనిషికి అహారపరం గా రెండురోజుల కొకరోజు రెండుపూటలా రుచికరమైన తిండి వుండటమే మహాభాగ్యం.

అదే విధంగా రెండు రోజులకొకరోజు పూర్తి లంఖణం చేయడమే మహాభాగ్యం.

మనిషికి కుటుంబపరం గా పరస్పరానుకూల దాంపత్యం వుండటమే మహాభాగ్యం.

కష్టపడి చెమటోడ్చి సంపాదించిన ధనమే మహాభాగ్యం.

మహాభాగ్యం అన్న పదానికి ఇవీ సరియైన అర్థాలు, సరియైన వివరణలు.

తనకు తాను చూసుకున్న తరువాత, ఇక ఒకరిద్దరికి ప్రతిరోజు కొంత సమయాన్నీ, కొంత శక్తినీ కేటాయించగలగడమే మహాభాగ్యం.

ఎన్ని కష్టాలూ, ఆపదలూ వచ్చినా ఎప్పటికప్పుడు సొంత కాళ్ళ మీద నిలబడ గలగడమే మహాభాగ్యం.

ఇంటి ఆవరణలో రకరకాల మొక్కలనూ, చెట్లనూ పెంచగలగడమే మహాభాగ్యం.

రకరకాల పక్షులనూ, జంతువులనూ పోషిస్తూ, వాటిని సదా సంరక్షిస్తూ వుండగలగడమే మహాభాగ్యం.

చుట్టుప్రక్కల వున్న వాతావరణాన్ని కాలుష్యం చేయకుండా వుంచగలగడమే మహాభాగ్యం.

మహాభాగ్యం అన్న పదానికి ఇవే సరియైన అర్థాలు - సరియైన వివరణాలు.

రోజంతా కష్టపడిన తరువాత కొన్ని గంటలైనా సుఖంగా నిద్రపోగలగడమే మహాభాగ్యం.

ప్రతిరోజూ ఒక క్రొత్త విద్యను, ఓ క్రొత్త కళను ఒకింతైనా అభ్యసించగలగడమే మహాభాగ్యం.

వీలైనంత ఎక్కువ సమయంలో, ప్రతిరోజూ, చక్కటి సునాదమైన సంగీతాన్ని వినగలగడమే మహాభాగ్యం.

చక్కటి సంగీతానికి మైమరచి, అప్పుడప్పుడూ, నృత్యం చేయగలగడమే మహాభాగ్యం.

రోజుకో ఆట, అందరితో కలిసి ఆడగలగడమే మహాభాగ్యం.

మహానుభావుల పుస్తకాలు చదవడమే మహా, మహాభాగ్యం.

రోజుకో గంట సజ్జనులతో గోష్ఠి చేయడమే మహాభాగ్యం.

రోజుకో గంట సేపు మౌనంగా వుండటమే మహాభాగ్యం.

నేర్చుకున్న విద్యలనూ, కళలనూ ఇతరులకూ నేర్పించటమే మహాభాగ్యం.

మహాభాగ్యం అన్న పదానికి ఇవీ సరైన అర్థాలు - ఇవీ సరియైన వివరణలు.

ఏ మనిషితోనైనా కళ్ళలో కళ్ళు పెట్టి సూటిగా చూడగలగటమే మహాభాగ్యం.

ఇంటిని పరిశుభ్రంగా వుంచుకోగలగడమే మహాభాగ్యం.

ధరించిన దేహాన్ని ప్రతిరోజు నిగనిగలాడుతూ వుంచుకో గలగడమే మహాభాగ్యం.

ప్రతి సూర్యోదయాన్నీ, ప్రతి సూర్యాస్తమయాన్నీ ప్రశాంతంగా తిలకించగలగటమే మహాభాగ్యం.

పౌర్ణమి రాత్రుల్లో ఆ యొక్క అద్భుత సౌందర్యాన్నీ, ప్రశాంతతనూ, ఏకాంతం గానూ మరి సామూహికం గానూ, అనుభవించగలగడమే మహాభాగ్యం.
నదీ స్నానాలూ, సముద్ర స్నానాలూ వీలైనప్పుడల్లా చేయగలగడమే మహాభాగ్యం.
నడి రాత్రుల్లో, నగర వీధుల్లో, నిశ్శబ్ద స్థితుల్లో నిర్భయంగా సంచారం చేయగలగటమే మహాభాగ్యం.
చిన్న పిల్లలతో అన్నీ మరచిపోయి కేరింతలు కొట్టడమే మహాభాగ్యం.
ఎప్పుడు వీలైతే అప్పుడు, ఎక్కడ పడితే అక్కడ కళ్ళు మూసుకుని శ్వాస మీద ధ్యాస పెట్టడమే మహాభాగ్యం.
మహాభాగ్యం అన్న పదానికి ఇవీ సరియైన అర్థాలు, ఇవీ సరియైన వివరణలు.

మహాస్వామి వివేకానంద

స్వామి అనే చిన్న బిరుదు అంతటి మహాత్ముడికి ఎలా వచ్చిందో అర్థం కాదు.
అయితే, పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ ధ్యానులకు మటుకు ఆయన మహాస్వామి.
ఊర్ధ్వ, మహాకారణ లోకాలలో ఉండి, తన ప్రధాన శిష్యులలో ఒకరైన శ్రీ రామకృష్ణ పరమహంసను ముందుగా భూలోకానికి పంపి, తరువాత శ్రీ రామకృష్ణ పరమహంసకు శిష్యుడుగా తానే అవతరించిన సిద్ధ పురుషుడే మహాస్వామి వివేకానంద.
వివేకానంద మహాస్వామి హిందూమతంలోని అసలైన, సిసలైన ఆధ్యాత్మికతను ఎలుగెత్తి చాటిన మహాత్ముడు. సనాతన ఋషి విజ్ఞానాన్ని ఆధునిక పరిభాషలో ప్రప్రథమంగా విస్తారంగా వ్యాఖ్యానించిన ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రజ్ఞుడు. ఎంతోమంది అనుయాయులను సుశిక్షితులైన ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర విద్యార్థుల్లా, యోగాభ్యాసకుల్లా, కర్మయోగ వీరుల్లా తీర్చిదిద్దిన సాటిలేని నాయకుడు. అద్వైతమృతాన్ని దశదిశలా గుబాళింప చేసిన పరమ ఆచార్యుడు.

తన ఏడు చక్రాలలో ఆజ్ఞా చక్రాన్ని, అంటే దివ్యచక్షువు ను, మినహాయించి మిగతా అన్ని చక్రాలనూ అమోఘంగా ఉత్తేజపరచుకున్నవాడు. ఆ ఒక్క చక్రాన్నీ కనుక ఉత్తేజింప చేసుకుని వుంటే అపర బుద్ధుడు అయి వుండేవాడు.
వివిధ కోశాలలో మొదటిదైన అన్నమయ కోశ పరంగా, రెండవదైన ప్రాణమయ కోశ పరంగా, మూడవదైన భావనామయ కోశ పరంగా, నాల్గవదైన విజ్ఞానమయ కోశ పరంగా, ఐదవదైన ఆనందమయ కోశ పరంగా, మరి ఏడవదైన నిర్వాణమయ కోశ పరంగా, మనమందరం కూడా ఆయనలాగా అపార బల సంపన్నులం గా అయి తీరాలి.ఆరవ చక్ర విషయంలో మటుకు థియోసాఫికల్ సొసైటీ మాస్టర్స్ లాంటి వారు, లోబ్‌సాంగ్ రాంపా లాంటివారు మనకు ఆదర్శప్రాయులు.

ఈ విషయాలను గుర్తుంచుకుని మనం అందరం కూడా వివేకానంద స్వామిలా, ఇంకా గొప్పగా, కావడానికి కృషి చేద్దాం. అప్పుడే ఊర్ధ్వ లోకాలలో మనల్ని చూసి గర్విస్తాడు, సంతోషిస్తాడు. మరి ఆయన్ని సంతోషపరుద్దామా? నిర్విరామ కృషి వల్లనే, సునిశిత వివేక సంపత్తి వల్లనే, నిత్య ఆనంద సాధన వల్లనే ఇది సాధ్యం.

"మధ్యేమార్గం"

"భగవద్ గీత" మధ్యేమార్గాన్నే సదా బోధిస్తుంది:

"యుక్తాహార విహారస్య యుక్తచేష్టస్య కర్మసు,
యుక్త స్వప్నావబోధస్య యోగో భవతి దుఃఖహాః"
మితం గా భోజనం... మితం గా విహారం..మితం గా విద్యుక్త ధర్మం
మితం గా నిద్ర...మితం గా ధ్యానం ఉండాలి.
ఎప్పుడూ మధ్యేమార్గమే అవలంబించాలి ..మధ్యేమార్గం వల్లనే దుఃఖం పోతుంది
"అవబోధ" అంటే ధ్యానం; ధ్యానం కూడా గంటలు గంటలు చేయరాదు.
ధ్యానం కూడా యుక్తం గానే ఉండాలి; మితం గానే ఉండాలి;
ధ్యానం అన్నది మన ఇహలోక ధర్మాలకూ, నిత్యావసరాలకూ అడ్డు కాకూడదు
"అతి సర్వత్ర వర్జయేత్" ధ్యానంలో కూడా **"అతి"** పనికిరాదు.

మార్పుకు హారతి - ధ్యానానికి హారతి

మార్పుకు హారతి...ప్రగతికి హారతి
మార్పు అంటే ప్రగతి...మార్పు ప్రకృతి తత్వం
జీవుడు ఒక పరమ ప్రకృతి...అనుభవాల పరంపరే జీవుడు
ప్రతి అనుభవమూ అమూల్యమే...ప్రతి అనుభవమూ అద్వితీయమే
ప్రతి అనుభవమూ ఒకానొక క్రొత్త ముందడుగే...
ప్రతి అనుభవమూ ఒకానొక క్రొత్త ప్రగతి మెట్టే
మార్పుకు హారతి....ధ్యానానికి హారతి....ధ్యానానుభవాలకు హారతి
ధ్యానం ఒక మహా పెనుమార్పు....జీవుడి మూలాలను కదిలించేసే మార్పు
పెనుమార్పుకు మహాహారతి...ధ్యానం ప్రకృతికి ఆత్మను ప్రసాదిస్తుంది.
ఆత్మానుభవానికి హారతి...బ్రహ్మాత్మానుభవానికి పెనుహారతి
బ్రహ్మాత్మానుభవం జీవుడిని పరమపురుషుడిగా చేస్తుంది
బ్రహ్మాత్మానుభవం పురుషుడిని పురుషోత్తముడిగా చేస్తుంది
మార్పుకుహారతి...ధ్యానానికి హారతి
ధ్యానం ద్వారా ఆత్మానుభవం - ధ్యానం ద్వారా ఆనందమయ జీవితం

"మా గా మోహావేశం"

కోరికలు వుండాలి;...కోరికలు ఎప్పుడూ సమంజసమే,

"కోరిక" అన్నది సుఖకారకం

"మోహం" అంటే, **"అతి" . . "మితిమీరడం"**...మితిమీరిన కోరికలనే "మోహం" అంటారు

మోహం అన్నది సర్వవేళలా గర్హించదగినది. .

"భజగోవిందం" లో శ్రీ ఆదిశంకరాచార్యులవారు అన్నారు

" మా గా మోహావేశం" అని అంటే . .

" 'మోహం' , 'ఆవేశం' అన్నది ఎప్పుడూ కూడదు నాయనా," అని

"అతి సర్వత్ర వర్జయేత్" అని కదా లోకోక్తి

'అతి' అనేది ఏ విషయంలో వున్నా అది ప్రమాదకరం;
అందువల్ల అన్ని విషయాలలోనూ 'అతి' ని విడిచిపెట్టాలి;
'మితి' నే చేపట్టాలి

"లిండా గుడ్‌మాన్"

లిండా గుడ్‌మాన్..మహా మహా యోగిని;..అసాధారణ ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్త.

మొన్నమొన్ననే సుమారు "300 సంవత్సరాల" తన భౌతిక శరీరాన్ని త్యజించింది.

ఆమె అద్భుత రచన లిండా గుడ్‌మాన్స్ **"స్టార్ సైన్స్ - Star Signs"** అన్న గ్రంథం

"స్పిరిచ్యువల్ సైన్స్" గురించి సర్వస్వం వున్న ఒక్కగానొక్క సాటిలేని చక్కటి, చిక్కటి పుస్తకం.

"మెదడు" అన్నది మాంస శరీరానికి సంబంధించింది

"దివ్యచక్షువు" అన్నది సూక్ష్మశరీరానికి సంబంధించింది.

"మనస్సు" మెదడుకు మూలం

"అంశాత్మ" దివ్యచక్షువుకి మూలం

అన్నిటికీ మూలం పూర్ణాత్మ

ధ్యానం ద్వారా ఈ క్రమం గురించి
స్వానుభవపూర్వకంగా తెలుసుకోవచ్చు;
అప్పుడు మనమూ "లిండా" అంతటి ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తలం అవుతాం.

లలాట లిఖితం"

ఏదీ **"లలాట లిఖితం"** కాదు
మన స్వీయకర్మలే తిరిగి "కర్మఫలాలు" గా మారి మనల్ని వరిస్తూ వుంటాయి;
అథవా శపిస్తూ వుంటాయి.
మన జీవిత విధాతలం మనమే..మన జీవిత నిర్మాణకర్తలం మనమే
మనం ఏది కావాలి అంటే అది చేయవచ్చు..మన జీవితం మన ఇష్టం
అంతా మన కోరిక, అంతా మన ఇష్టం.
భూతకాలాన్ని బట్టి వర్తమానం ఎప్పుడూ వుండదు,
వర్తమానమే వర్తమానాన్ని సృష్టిస్తూ వుంటుంది,
ఇంకా చెప్పాలి అంటే భవిష్యత్తు వర్తమానాన్ని సృష్టిస్తూ ఉంటుంది,
ఇది చాలా కష్టం అర్థం చేసుకోవడం
కానీ, ఉన్న సత్యం ఇదే.
మన జీవిత వాస్తవాలు మన ఆలోచనల పర్యవసానాలు.
మన జీవిత వాస్తవాలు మన వాక్కుల పర్యవసానాలు,
మన జీవిత వాస్తవాలు మన కర్మల పరిణామాలు
గతం ఏమైనా "వర్తమానం ప్రస్తుతం మన చేతుల్లో వుంది", కనుక, దాన్ని ఎప్పటికప్పుడు చక్కబెట్టుకుంటూంటే చాలు.

లోబ్‌సాంగ్ రాంపా"

శ్రీ లోబ్‌సాంగ్ రాంపా 1979లో నన్ను తట్టి లేపిన కారుణ్యమూర్తి.
20వశతాబ్దపు సాటిలేని గొప్ప టిబెట్ యోగి లోబ్‌సాంగ్ రాంపా.
20వశతాబ్దపు ఆధ్యాత్మికశాస్త్ర అధ్యాపకులలో అగ్రగణ్యుడు;
1983 లో దేహ విరమణ చేసినవాడు;
"యూ ఫరెవర్ - You Forever" అనే పుస్తకం నా చేత చదివించి,
నా జీవిత లక్ష్యాన్ని నాకు ఎరుక పరచిన నా ప్రథమ ప్రియతమ ఆధ్యాత్మిక పరోక్ష గురువు శ్రీ లోబ్‌సాంగ్ రాంపా.
సూక్ష్మశరీరయానం గురించీ, దివ్యచక్షువు గురించీ, ఆకాశిక్ రికార్డుల గురించీ, మరణాంతర జీవితం గురించీ,
తన స్వానుభవాల సహాయంతో తిరుగులేని విధంగా వివరించిన మహాయోగేశ్వరుడు శ్రీ లోబ్‌సాంగ్ రాంపా.
ఇరవై అద్భుత పుస్తకాల రచయిత
ఇలాంటి పుస్తకాలన్నీ చదివితేనే మనకు ఆధ్యాత్మికశాస్త్రం సుపరిచయం అయ్యేది.

కుండలినీ జాగరణ "

" ఆనాపానసతి " వల్లనే " కుండలినీ జాగృతం " అవుతుంది
" కుండలినీ " అన్నది ప్రాణమయకోశంలోని మూలాధార చక్రంలో ఉన్న ఆత్మయొక్క నిద్రాణమైన శక్తి "
కుండలినీ జాగృతం " అయినప్పుడు
ఆ కుండలినీ శక్తి " ఒక ముడుచుకున్న పాము తోక మీద లేచి పడగ విప్పినట్లు "
మనలో అభివ్యక్తమవుతుంది

*** కుండలినీ జాగరణ వల్ల క్రమేణా " మూడవకన్ను " తెరుచుకుంటుంది**
లోపలి శరీరాలకు సంబంధించిన అంతరేంద్రియాల సముదాయన్నే " మూడవకన్ను " అంటాం

"క్షణ క్షణం జాగ్రత్త"

"క్షణక్షణ జాగ్రత్త"..అనేది ధ్యానం ద్వారానే,..దివ్యజ్ఞానప్రకాశం ద్వారానే, మనకు లభ్యమయ్యే స్థితి.
ఈ స్థితిలో "సదా మెలకువ" తో వుండడం జరుగుతూ ఉంటుంది.
ఎప్పుడూ "వర్తమాన స్ఫూర్తి" నే కలిగి వుంటాం.
భూత భవిష్యత్ కాలాల ఛాయలు వర్తమానం మీద ప్రణాళిక భద్ధంగా కావలంటేనే పడతాయి; అనుకుంటేనే వుంటాయి.
ఒకానొక ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర విద్యార్థి,
ధ్యానంలో నిష్ణాతుడైన తరువాత,..దివ్యజ్ఞానప్రకాశం కలిగిన తరువాత,
పూర్ణ ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రజ్ఞుడైన తరువాత,...నిరంతరం అభ్యాసం చేయవలసిన స్థితే
నిత్య జాగ్రత్త అదే "క్షణ క్షణ జాగ్రత్త (awareness) "
మన "లోపలి" పరిస్థితులు కానీ, ...మన "బయటి" పరిస్థితులు కానీ,
క్షణక్షణం రూపాంతరం చెందుతూనే ఉంటాయి.
ఏదీ స్థిరమైనది కాదు, ప్రతీదీ తాత్కాలికమే;
ప్రతీదీ చైతన్యవంతమే, ప్రతీదీ రూపుమారేదే.

నిరంతరంగా మారే లోకంలో, ప్రస్తుత సందర్భాన్నీ,
ప్రస్తుత సమస్యనూ గుర్తించి దానికి అనుగుణంగా ప్రతిక్షణమూ
జాగరూకతతో మెలగడమే క్షణక్షణ జాగ్రత్త స్థితి

"క్రియా యోగం"

" క్రియా " అంటే " చర్య " . . " విషయం "
" యోగం " అంటే " చేయవలసిన సాధన "
కనుక, " క్రియా యోగం " అంటే
" తప్పనిసరిగా చేయవలసిన సాధనా చర్య. సాధనా విషయం ".

" తపః స్వాధ్యాయ ఈశ్వరప్రణిధానేన క్రియాయోగః " -
ఇది పతంజలి మహర్షి చెప్పిన రాజయోగ సూత్రాలలో ప్రధానమైనది.
" తపస్సు " , " స్వాధ్యాయం ", " ఈశ్వరప్రణిధానం " -
అసలైన అనబడే మూడు ప్రక్రియలూ సంపూర్ణంగా కలిస్తేనే
" క్రియా యోగం " అవుతుంది.

కనుక, చేయవలసినవి :

" తపస్సు " అంటే శారీరకమైన, భౌతికమైన అవసరాలను .. అంటే నిద్ర, తిండి మొదలైన వాటిని .. క్రమక్రమంగా తగ్గించుకుంటూ రావడం.

" స్వాధ్యాయం " .. అంటే ఆత్మవికాసానికి నూటికి నూరుశాతం దోహదకారి అయ్యే గ్రంథాలను అధ్యయనం క్రమక్రమంగా అధికం చేయడం

" ఈశ్వరప్రణిధానం " .. అంటే " అంతా దైవమయం ", " సర్వం ఖల్విదం బ్రహ్మ " అన్న ఎఱుకను సదా కలిగివుండడం

ధ్యానం అభ్యాసం ద్వారానే ఈ మూడూ సాధ్యం
వేరే మార్గం లేదు అన్యధా శరణం నాస్తి.

" కృష్ణ "

చేయవలసినదాన్నంతా చేసి
అనుభవించవలసినదాన్నంతా అనుభవిస్తున్నవాడే " కృష్ణుడు "తెలుసుకోవలసినదాన్నంతా తెలుసుకుని
పొందవలసిన ఫలాలను హాయిగా అనుభవిస్తున్నవాడే
ఏ " కృష్ణుడు " అయినా ..

" కృ " = చేయటం
" ష్ణ " = తినటం

ఏమిటి చెయ్యాలి ?
మనల్ని మనం తెలుసుకోవడం చెయ్యాలి !
తనను తాను పూర్ణంగా తెలుసుకున్నవాడే " కృష్ణుడు "
తనకు తాను సంపూర్ణంగా తెలుసుకున్నవాడే " పురుషోత్తముడు "
తనకు తాను ఆత్మగా తెలుసుకున్నవాడే " నారాయణుడు "

చేయవలసినవి చేస్తేనే
పొందవలసినవి పొందుతాం
చేయకూడనివి చేస్తే
పొందకూడనివి పొందుతాం
చేసుకున్నవాడికి చేసుకున్నంత మహదేవా !

*** ఒకానొక దేవకీపుత్రుడు " కృష్ణుడు " అయ్యాడు**
ఇక మనమంతా కూడా " కృష్ణులు " గా కావాలి

కోరికలను అణచవద్దు"

కోరికలను
ఎప్పుడూ అణచరాదు

ధర్మయుక్తమయిన కోరికలను కానీ . .
అధర్మయుక్తమయిన కోరికలను కానీ,
కోరికలను ఎక్కువగా అణచడం వలన మనం ఆ యా వాటికి
సంబంధించిన పాఠాలను నేర్చుకోలేం.

కర్మలు చేయడం వల్లనే అనుభవం వస్తుంది
ఎలాంటి కర్మలనయినా సరే చేయాలే గానీ
"అకర్మిడి" గా మాత్రం ఉండరాదు

కోరికలే అభివృద్ధికీ, పురోగతికీ మూలకారణాలు
కోరికలు లేకపోవడం వలన,
బలహీనమయిన కోరికల వలన, ఏదీ సాధ్యపడదు

కోరికల వల్లనే విద్యలను అభ్యసిస్తాం
కోరికల వల్లనే కళలను నేర్చుకుంటాం
కోరికల వల్లనే డబ్బును సంపాదిస్తాం
కోరికల వల్లనే సుఖాలను సంపాదించుకుంటాం

కోరికలు బలవత్తరంగా వుండాలి;
నిర్దిష్టంగా వుండాలి; ధర్మయుక్తంగా వుండాలి

కోరికలు లేకుండా మటుకు ఎప్పుడూ వుండరాదు.

కొంగ్రొత్త తులసీదళాలు

నోటిలోని శూన్యత - మౌనం.

మనస్సులోని శూన్యత - ధ్యానం.

శ్వాస విత్తు అయితే, ధ్యానం అన్నది వృక్షం కాదు.

ధ్యానం వృక్షం అయితే, దివ్యచక్షువు అన్నది ఫలం కదా.

కూసంత శ్వాస - కొండంత సంజీవని.

కూసంత శ్వాస - ఏనుగంత కామధేనువు.

కూసంత శ్వాస - మణుగంత చింతామణి.

కూసంత శ్వాస - వట వృక్షమంత కల్పతరువు.

కూసంత శ్వాస - సముద్రమంత అక్షయపాత్ర.

తింటే గారెలే తినాలి...వింటే భారతమే వినాలి.

చేస్తే ఆనాపానసతి ధ్యానమే చేయాలి...చదివితే పిరమిడ్ పుస్తకాలే చదవాలి...

కడితే పిరమిడ్లే కట్టాలి....మాట్లాడితే ఒక బుద్ధుడే మాట్లాడాలి.

ధ్యానం ఒక పుష్పమయితే,

ధ్యాన ప్రచారం అన్నది పుష్పం యొక్క సువాసన, గుబాళింపు.

సువాసన లేని పుష్పం ... పుష్పమా?

ధ్యాన ప్రచారం లేని ధ్యానం ఒక ధ్యానమా?

మనం మానవులము కాదు..మానవ శరీరధారులమైన ఆత్మలము.

మనం దిగి వచ్చిన దేవుళ్ళము. ..

వృక్ష సామ్రాజ్యాన్ని పోషించటానికి వచ్చిన దేవుళ్ళము.

జంతు సామ్రాజ్యానికి సంరక్షించటానికి వచ్చిన దేవుళ్ళము.

భూమండలాన్ని నందనవనంగా తీర్చిదిద్దటానికి వచ్చిన దేవుళ్ళము.

ఊరికే తిని కూర్చుంటే మామూలు ఆత్మ,

తాగితందనాలాడితే మూర్ఖాత్మ,.. మరొకరికి హాని చేస్తే దుష్టాత్మ.

ప్రజాసేవకు సర్వస్వం అంకితం చేస్తే మహాత్మ.

తనను తాను సృష్టికర్తగా తెలుసుకుంటే పరమాత్మ.

హింసా ఛోడో - హంసా పకడో,

ప్రార్థనా ఛోడో - సాధనా పకడో.

పరతంత్రతా ఛోడో - స్వతంత్రతా పకడో.

అతీత్ కో ఛోడో - వర్తమాన్ కో పకడో.

పురుష జాతి కన్నా - స్త్రీ జాతి మిన్న,

పెద్దలు కన్నా - పిన్నలు మిన్న.

పట్టణవాసుల కన్నా - పల్లెవాసులు మిన్న

ఆడంబరుల కన్నా - నిరాడంబరులు మిన్న
పండితమూర్ఖుల కన్నా- అమాయకులు మిన్న
ధ్యానులు కాని వారి కన్నా - ధ్యానులయిన వారు అతి మిన్న.
మనిషి అంటే అయిదు, మనిషికి కావలసినవి అయిదు.
ఒకటి: శరీరం శరీరానికి కావాలి ఆరోగ్యం.
రెండు: మనస్సు మనస్సుకు కావాలి శాంతం.
మూడు: బుద్ధి బుద్ధికి కావాలి జ్ఞానం.
నాలుగు: ఆత్మ ఆత్మకు కావాలి ధ్యానం
ఐదు: సర్వభూతాత్మ సర్వ భూతాత్మతో కావాలి స్నేహం.
శ్వాసవత్ ఆత్మానుభవం ద్వారానే శరీరానికి ఆరోగ్యం.
శ్వాసవత్ ఆత్మానుసంధానం ద్వారానే మనస్సుకు శాంతం.
శ్వాసవత్ ఆత్మానుసంధానం ద్వారానే బుద్ధికి జ్ఞానం.
శ్వాసవత్ ఆత్మానుసంధానం ద్వారానే సర్వభూతాత్మతో స్నేహం.
ధ్యానం అంటే శ్వాస మీద ధ్యాస.
జ్ఞానం అంటే మాట మీద శ్వాస
జీవితం అంటే మిత్రత్వం మీద ధ్యాస.

కొన్ని ఆధ్యాత్మిక సత్యాలు"

సృష్టిలో కోటానుకోట్ల లోకాలు ఉన్నాయి.
మనకు ఎన్నో దేహాలు ఉన్నాయి.
మూలచైతన్యం నుంచి 'వర్షం' లా ఎప్పుడూ ఆత్మల సృష్టి జరుగుతూనే వుంది, వుంటుంది.
పూర్ణాత్మలు అంటే పరిణితి చెందిన ఆత్మలు, కూడా తమలోంచి నూతన అంశాత్మలను
సృష్టిస్తూ వుండడం జరుగుతూ వుంటుంది.
మూలచైతన్య ఆత్మలు కానీ, పూర్ణాత్మల నుంచి వచ్చిన అంశాత్మలు కానీ, అన్నీ - రకరకాల అనుభవాలను
జనన - మరణ చక్రంలో కానీ, దాని బయట కానీ - విధిగా సంపాదించుకోవాలి;
శిశు ఆత్మలు అన్నీ విధిగా పరిణామ క్రమంలో పూర్ణపరిణితి చెందాల్సిందే.
అన్ని అత్మలకూ ఎప్పుడూ పూర్తి స్వేచ్ఛ వుంటుంది.
తమ తమ ఇచ్చా - స్వేచ్ఛ వల్ల రకరకాల కర్మలను చేస్తూ, చేస్తూ..
వాటి వాటి ఫలితాలను అనుభవిస్తూ, అనుభవిస్తూ ..
ఎన్నో పాఠాలను నేర్చుకుంటూ నేర్చుకుంటూ .. ఉండడం అన్నది సదా జరుగుతూ, జరుగుతూ .. ఉంటుంది.
.. .. .. ఇటువంటి సత్యాలు ఇంకా, ఇంకా ఎన్నో వున్నాయి;
అన్నీ ఎప్పటికప్పుడు, ఎక్కడికక్కడ తెలుసుకుంటూ వుండాలి.

"కర్మబద్ధుడు"

కర్మలు చేసే తీరాలి. అకర్ముడిగా ఎప్పుడూ వుండరాదు. ఓడిపోతామని తెలిసినా సరే.
మొదట్లో అపజయం కలిగినా,
"అపజయం కూడా విజయ పరంపరలోని ఒక మెట్టే" అని గ్రహించాలి.

కర్మలు చేసే తీరాలి. ధర్మాధర్మాలు సరిగ్గా తెలియకపోయినా సరే.
కర్మబద్ధుడైనవాడికి ధర్మాధర్మ జ్ఞానం క్రమక్రమంగా తప్పక కలుగుతుంది.
ప్రతి ఒక్కడూ కర్మలు చేస్తూనే వుండాలి.
"మా తే సంగోస్త్వకర్మణి" అని కదా అన్నాడు గీతాకారుడు.

సోమరిగా, తమోగుణిగా,అకర్ముడిగా ఎవ్వరూ, ఎప్పుడూ ఉండరాదు.
'రేపు' అని ఎవ్వరూ, ఎప్పుడూ అనరాదు.
కర్మబద్ధుడు ఎప్పుడూ అగ్రజుడే
అకర్ముడు ఎప్పుడూ చిట్ట చివరివాడే.

కర్మ సిద్ధాంతం

సిద్ధుల యొక్క అత్యంత అవగాహనే సిద్ధాంతం.
నిరంతరం సాధన యొక్క అంత్య స్థితే సిద్ధత్వం.
సృష్టిలో మొత్తానికి వున్నది కేవలం ఒక్కగానొక్క సిద్ధాంతమే.
ఆ ఒక్కగానొక్క సిద్ధాంతమే కర్మ సిద్ధాంతం.
చేసుకున్న వాడికి చేసుకున్నంత మహదేవా.
చేసుకోని వాడికి చేసుకోనంత మహదేవా.
యద్భావతి తద్భవతి మహదేవా.
యద్భావతి తద్భావం మహదేవా.
మన భావనలే మన యదార్థాలవుతాయి.

మన యదార్థాల నుంచే మళ్ళీ మన భావనలు ఉదయిస్తాయి.

"కారణం - కార్యం"

షడ్ దర్శనాలలో "వైశేషికం" ఒకటి

"వైశేషికం" లో కారణ - కార్య సంబంధం గురించి కొన్ని సూత్రాలు :

"కారణభావాత్ కార్య భావః"

"కారణం వున్నప్పుడే కార్యం సంభవిస్తుంది"

"కారణ గుణ పూర్వకః కార్యగుణో దృష్టః"

"కారణంలో ఎటువంటి గుణాలు వుంటాయో కార్యంలో కూడా అటువంటి గుణాలే వుంటాయి"

"కారణాభావత్ కార్యాభావః"

"కారణం లేకపోతే కార్యం ఉండదు"

"న తు కార్యాభావాత్ కారణా భావః"

"కార్యాభావం వలన కారణాభావం కలుగదు;

కార్యం లేనంత మాత్రాన కారణం లేకుండా పోదు"

(కుండ లేనంత మాత్రాన మట్టి లేకుండా ఉంటుందా ?)

ప్రతీదీ కారణ – కార్యమే ....ప్రతి కార్యం వెనకాలా ఏదో కారణం ఉండే తీరుతుంది

కారణం లేకుండా ఏ కార్యమూ జరుగదు

ఒక్కోసారి కారణం కార్యరూపం ధరించకుండా ఉండగలదు

కారణానికి మటుకు 'కారణం' వుండదు,

కారణం ఎప్పుడూ స్వయంసిద్ధం .

. .

"కారణ - కార్య సంబంధం" గురించి తెలుసుకోవడమే . .

"కర్మ సిద్ధాంతం గురించి తెలుసుకోవడం" అంటే

"జొరాస్టర్"

జొరాస్ట్రియన్ మత స్థాపకుడైన జొరాస్టర్ మహా ఋషి, మహా ద్రష్ట.
అయన చెప్పిన ఒక ఆణిముత్యం:
"మీకున్న దానితో (వస్తు సముదాయాలతో) ఎప్పుడు సంతృప్తులై వుండండి;
కానీ, 'మీ' తో అంటే, 'మీ ఆత్మాభివృద్ధి' తో మాత్రం ఎప్పుడూ సంతృప్తులు కాబోవద్దు."

మరొక ముత్యం:
"మీ 'ఆత్మ' అనబడే 'నదీ ప్రవాహాల' ను శోధించండి;
మీ పరిణామక్రమాల గురించి ఆలోచించండి"
అంటే, "మీ గతజన్మల గురించీ, పూర్ణాత్మ గురించీ, మీరు పరిశోధించండి" -
అన్నదే జొరాస్టర్ సందేశం.

జొరాస్టర్ లాంటి పరమ ఆచార్యులందరూ
తెలిపేవే పరమసత్యాలు; అవే పరమ ఆచారాలు

ఆచార్యుడు చెప్పిందే 'ఆచరణీయం' 'ఆచారం'.

జ్ఞానపద - దీపికలు

సంసారమే నిర్వాణం - నిర్వాణమే సంసారం.
దేహమే దేవాలయం - గృహమే ఆశ్రమం.
జీవుడే దేవుడు - దేవుడే జీవుడు .
నేనే మీరు - మీరే నేను.
నేనే అంతా- అంతా నేనే.
ఇక్కడ వున్నట్లే పైన వుంది – పైన వున్నట్లే ఇక్కడ వుంది
ఈ మతం లో వున్నదే ఆ మతంలో వుంది.
నేను మరణిస్తేనే జీవితం-నేను జీవిస్తే మరణం.
నాది అనుకుంటే నాది అంతా పోతుంది.
నాది లేకపోతే వున్నదంతా నాదే.

జ్ఞానయోగం

ధ్యానయోగం ధ్యానయుగం అంటే జ్ఞానయుగం అన్నమాట.
ఎందుకంటే ధ్యానం ద్వారానే జ్ఞానం లభిస్తుంది కనుక,
ధ్యానం వినా జ్ఞానం లేదు కనుక,
జ్ఞానం అంటే ఆత్మజ్ఞానం...జ్ఞానం అంటే బ్రహ్మజ్ఞానం
ఆత్మజ్ఞానం అంటే నేను శరీరాన్ని కాదు ఆత్మను అని.
ధ్యానయుగమే జ్ఞానయుగానికి నాంది.
ధ్యానయుగం ద్వారానే ఈ భూమండలంలో జ్ఞానయుగం స్థాపింపబడగలదు.
అజ్ఞానం దుఃఖానికి మూలం...అజ్ఞానం అనారోగ్యానికి మూలం.
అజ్ఞానం యుద్ధాలకు మూలం....అజ్ఞానం వృద్ధాప్యానికి మూలం.
అజ్ఞానం అకాల మరణానికి మూలం.
ధ్యానాన్ని స్థాపిద్దాం. అజ్ఞానాన్ని వధిద్దాం.

జ్ఞానాన్ ముక్తిః"

"ముక్తి" అంటే "విడుదల" దేని నుంచి విడుదల?
"తాపత్రయం" నుంచి
కపిల మహాముని చెప్పిన సాంఖ్య సూత్రం ఇది:

"త్రివిధ దుఃఖ అత్యంత నివృత్తిః అత్యంత పురుషార్థః"
త్రివిధ దుఃఖాలే తాపత్రయాలు
"త్రివిధ దుఃఖాలు" అంటే "అధ్యాత్మిక", "ఆదిభౌతిక", "ఆదిదైవిక" తాపాలు
"అత్యంత దుఃఖ నివృత్తి" అంటే
"త్రివిధ దుఃఖాలలో అత్యంత ముఖ్యమైన ' ఆధ్యాత్మిక తాపాలు' . . వాటి యొక్క నివృత్తి" అన్నమాట
ఈ మూడు రకాల దుఃఖాల నుంచి క్రమక్రమంగా విడివడటమే "అత్యంత ముఖ్యమైన పురుషార్థం" - అంటే
"మోక్షం", "ముక్తి" అన్నమాట

కపిల మహాముని ఇంకా ఇలా అన్నారు:
"**జ్ఞానాన్ ముక్తిః"** అని అంటే, "జ్ఞానం వల్లనే ముక్తి వస్తుంది" అని
సంపూర్ణ ఆత్మజ్ఞానం ఉన్నవాడికి మరోజన్మ లేదు;
జన్మ ఉంటే తాపత్రయాలు ఉండితీరుతాయి.

ధ్యానసాధన వల్ల కూడగట్టుకునే ఆత్మజ్ఞానం వల్లనే ముక్తి సంప్రాప్తిస్తుంది

జిందాబాద్, జిందాబాద్

మనిషి మూడు దృక్కోణాలు కలిగిన వాడు
మనిషి మూడింటి కలయిక...మనిషి మూడింటి సమ్మేళనం
వీటినే మనసా, వాచా, కర్మణా అంటున్నాం
మనస్సు ఎప్పుడూ నిర్మలంగా వుండాలి
మనస్సు లో చెత్త ససేమిరా వుండరాదు
మనస్సు సదా శాస్త్రీయమైన ఆలోచనలతోనే విరాజిల్లాలి
మనస్సులో అశాస్త్రీయమైన ఆలోచనల చెత్త ససేమిరా వుండరాదు
మనస్సులో అత్యధికంగా వర్తమానపు అలోచనలే వుండాలి
అత్యధికంగా భూతకాలం, అత్యధికంగా భవిష్యత్తు అన్నవే
మనస్సును చెత్త చేస్తాయి
మనస్సులో చెత్త ససేమిరా వుండరాదు
మనస్సులో చెత్త వుండకుండా వుండాలంటే...
చేతినిండా పని పెట్టుకోవాలి..చేతినిండా సుకర్మ వుండాలి
మనస్సులో చెత్త వుండకుండా వుండాలంటే
నోటినిండా సువాణి వుండాలి.....నోటిలో సదా సరస్వతి తాండవించాలి

జిందాబాద్, జిందాబాద్ ... చేతినిండా పనికి జిందాబాద్

జిందాబాద్, జిందాబాద్ ... నోటినిండా సువాణికి జిందాబాద్

"జీసస్"

జీసస్ అన్నారు: "నా తండ్రి సృష్టిలో ఎన్నో లోకాలు వున్నాయి"
"మీరు ఇంకొకరికి ఏ విధంగా చేస్తారో, అదే విధంగా మీకూ ఇతరులచే జరుగబడుతుంది"
"ఎప్పుడైతే మీకు దివ్యదృష్టి లభిస్తుందో,
అప్పుడు మీ సూక్ష్మశరీరాది సముదాయం అంతా తేజోమయం అవుతుంది"
"ఈ ప్రపంచంలోని సంపదల కోసం ఆరాటపడవద్దు;
వాస్తవానికి ఊర్ధ్వలోకాల సంపదలను పొంద ప్రయత్నించాలి"
[మాథ్యూ - 6:519:20]
జీసస్ చెప్పినట్లే చేద్దాం;
ఏసుప్రభువు జీవించినట్లే జీవిద్దాం
చాలు, ఇంకేమీ వద్దు....

జీవితం ఒక అద్భుత అవకాశం

ప్రతి ఒక్కరికీ వారి వారి జీవితం ఒక అద్భుత అవకాశం! ప్రతిరోజూ మంచిపనులు చేయడం ఒక అవకాశం .. ప్రతి వ్యక్తికీ ధ్యానం చెప్పడం ఒక అవకాశం! ఒకవేళ ఆ వ్యక్తికి ధ్యానం తెలుసు .. మరి మనకంటే ఎక్కువ జ్ఞానం కూడా వుందనుకుందాం .. అప్పుడు ఆ వ్యక్తి దగ్గర నుంచి జ్ఞానం తెలుసుకోవడం మనకు ఒక మంచి అవకాశం. ఇలా ఏ మనిషి నుంచి అయినా ఏదో ఒక అవకాశం మనకు వస్తుంది! అది నేర్పించే అవకాశమైనా కావచ్చు .. లేదా నేర్చుకునే అవకాశమైనా కావచ్చు.

మీరందరూ నా దగ్గర నేర్చుకునే అవకాశం కోసం వచ్చారు మరి నేను మీకు నేర్పించే అవకాశం కోసం వచ్చాను. మీ అందరికీ ధ్యానం నేర్పించే అవకాశం వలన నాకు ' పుణ్యం ' వస్తుంది .. మరి నేర్చుకునే అవకాశం వలన మన ' జ్ఞానం ' రెట్టింపు అవుతుంది. మన దగ్గర ఉన్నది ఇతరులతో మనం పంచుకుంటే .. అది " పుణ్యం "! మన దగ్గర లేనిది మనం సముపార్జించుకుంటే .. అది " జ్ఞానం "! ఇలా ఎవరి అవకాశాన్ని వారు ఉపయోగించుకోవాలి."

సాధారణంగా .. మన కంటికి కనిపించే ఇతర వ్యక్తులు మనకన్నా తక్కువగానైనా వుంటారు, లేదా మనకన్నా ఎక్కువగానైనా వుంటారు. మనకన్నా తక్కువగా వుంటే ఆ వ్యక్తికి మనం "ధ్యాన భిక్ష" పెట్టాలి. మనకంటే ఎక్కువగా వున్న వ్యక్తి నుంచి మనం " జ్ఞాన భిక్ష " తీసుకోవాలి. ఇలా జీవితమంతా కూడా పుణ్యం సంపాదించడానికీ, జ్ఞానం పొందడానికీ ఉన్న గొప్ప అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకుంటూ .. పుణ్యాన్ని సంపాదించుకుంటూ మరెంతో జ్ఞానాన్ని పొందేవారే .. " పిరమిడ్ మాస్టర్స్ "!

మనం ఇతరుల నుంచి జ్ఞానాన్ని నిర్భయంగా నేర్చుకోవాలి .. మరి అలాగే మనం ఇతరులకు ధ్యానం నేర్పించేటప్పుడు ఎంతో వినయంతో నేర్పించాలి. మనం ఇరవై సంవత్సరాలు ధ్యానం చేసివుంటే, మన ప్రక్కవాడు రెండు వందల సంవత్సరాలు ధ్యానం చేసినవాడు అయివుండచ్చు. అందుకే మనం ఇతరులకు ధ్యానం నేర్పించేటప్పుడు " వినయం " గా నేర్పించాలి .. మరి ఇతరుల నుంచి జ్ఞానం నేర్చుకునేటప్పుడు " వినయం " గా నేర్చుకోవాలి!
" మనం నేర్చుకున్నది కొంత .. నేర్చుకోవలసింది కొండంత " అన్న పరమసత్యాన్ని ప్రతిక్షణం ఎరుకలో ఉంచుకోవాలి!

ఒకసారి బుద్ధుడు దగ్గరికి ఒక శిష్యుడు వెళ్ళి " స్వామీ మీరు అన్నీ చెప్పేసారు ఇంకా .. ఇక చెప్పడానికి ఏమీలేదు కదా? " అని కొనియాడాడు. అప్పుడు బుద్ధుడు " ఆ చెట్టు నుంచి కొన్ని ఆకులు తీసుకురా! " అన్నాడు. ఆ శిష్యుడు కొన్ని ఆకులు తీసుకుని వచ్చాక .. " నీకు నేను చెప్పింది ఈ ఆకులంతే .. చెప్పాల్సింది ఇంకా ఆ చెట్టంత వుంది. అలాగే నాకు తెలిసింది కూడా ఇంతే .. మరి నాకు తెలియాల్సింది ఇంకా ఆ చెట్టంత వుంది! " అని చెప్పాడు.
ఇలాంటి మాటలనే " బుద్ధుత్వపు మాటలు " అంటారు. పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ కూడా బుద్ధుళ్ళే! వారి నుంచి సదా బుద్ధత్వపు మాటలే వస్తాయి!

జీవితమనేది ఎప్పుడూ మల్టీ డైమెన్షనల్ గా వుండాలి

జీవితమంతా ఒకే ఒక విద్య మీద ఆధారపడి వుంటాడు సగటు మానవుడు. ఏ ఇతర విద్యలూ నేర్చుకోడు వాడు. 'ఎకనమిస్ట్' అయితే జీవితమంతా ఒక్క 'ఎకనామిక్స్ ' నే చదువుతూంటాడు. వాడింక సంగీతం నేర్చుకోడు. డాన్స్ నేర్చుకోడు. కబడ్డీ నేర్చుకోడు. పేక ఆడడు. అవన్నీ తనకి సంబంధించినవి కాదనుకుంటాడు. 'ఎకనామిక్స్ ' లోనే పుడతాడు, 'ఎనానమిక్స్ ' లోనే ఛస్తాడు.
జీవితమనేది ఎప్పుడూ మల్టీ డైమెన్షనల్ గా వుండాలి. అంతేగాని 'యూనీ డైమెన్షనల్ గా వుండకూడదు. అంటే, 'ఏకసూత్రపథం' గా వుండరాదు.'బహుసూత్రపథం' గా వుండాలి. అప్పుడే వినూత్న ఆనందం విస్తరిస్తుంది.

"లా ఆఫ్ డిమినిషింగ్ రిటర్న్స్... law of diminishing returns" అని ఒక సిద్ధాంతం వుంది. ఒక ఆపిల్ తిన్నామనుకోండి చాలా బాగుంటుంది. రెండో ఆపిల్ తిన్నామనుకోండి బావుంటుంది. మూడో ఆపిల్ దగ్గరకొచ్చేసరికి ఇంక తినకూడదు అనుపిస్తుంది. నాలుగో ఆపిల్ తింటే ఇక డోకు వచ్చేస్తుంది.ఏం చేయాలప్పుడు ?
మొదట ఆపిల్ తినలి ; ఇంకోటి సీతఫలం తినలి. తర్వాత మామిడి పండు తినాలి. అనంతరం జామపండు తినాలి. వెరైటీగా తింటే అప్పుడు డోకు రాదు. అన్నీ తినొచ్చు గానీ తిన్నవే తింటూంటే వాంతి వచ్చేస్తుంది. మొట్టమొదట వున్న ఆనందం చివరికి ఆవిరైపోతుంది. కనుక ఎప్పటికప్పుడు వైవిధ్యం చూపాలి.

అనేక విద్యలను నేర్చుకుంటూ వుండాలి. అప్పుడు ఆనందం మల్టిపుల్‌గా వుంటుంది. బహుముఖంగా వెల్లివిరుస్తుంది. అప్పుడు అది "లా ఆఫ్ డిక్రీజింగ్ రిటర్న్స్" కాదు. అది "లా ఆఫ్ ఇంక్రీజింగ్ రిటర్న్స్". తద్వారా మనం అనేకానేక లాభాలు పొందుతాం. ఇవన్నీ కూడా ఆనంద శాస్త్రం మూల సూత్రాలు. చాలామంది కాలేజీ అయిపోతూనే, ఇంక పుస్తకాలకి గుడ్ బై కొట్టేస్తారు." ఇంక పుస్తకాలు చదివే స్టేజీ దాటిపోయింది" అని అనుకుంటారు. పాపం పిచ్చోళ్ళు. పుస్తకాల్లో వున్నంత ఆనందం మరేందులోనూ లేదు. అందులో ఎంత ఆనందం వుందో, ఎంత విజ్ఞానం వుందో, ఎంత విశ్రాంతి వుందో, ఎంత హయి వుందో.

మహానుభావుల పుస్తకాలు చదువుతూంటే, గొప్ప గొప్ప రచయితల పుస్తకాలు చదువుతూంటే ఎంత విశ్రాంతి, ఎంత వినోదం, ఎంత ఆనందం, షేక్‌స్పియర్‌ను చదవకపోతే అసలు జీవితమే వృధా.
"సినిమాలకు పోయి మాత్రమే ఆనందాన్ని పొందగలం. ఇంట్లో కూర్చుని ఆనందం పొందలేం" అని కొందరు అనుకుంటారు. సినిమాకు పోతేనే ఆనందం, టీవి ముందు కూర్చొంటేనే ఆనందం. టీవి అద్భుతమైన ఆనందాన్నిస్తుంది; కానీ టీవీ ఒక్కటే ఆనందం కాదు. పుస్తకాలు అద్భుతమైన ఆనందాన్నిస్తాయి;కానీ 'పుస్తకాలొక్కటే' ఆనందం కాదు. పుస్తకాలూ చదవాలి, టీవీ కూడా చూడాలి.ఇవి రెండే ఆనందం కాదు. క్రికెట్ కూడా ఆడాలి. వంట కూడా నేర్చుకోవాలి. ధ్యానం కూడా చేయాలి. ఆత్మజ్ఞానం కూడా అలవరచుకోవలి. అప్పుడు అంతా, ఎంత ఆనందమో. జీవితంలో ఏ ప్రత్యేక ఆనందానికీ మనం దూరం కాకూడదు. అన్ని ఆనందాలనూ పుష్కలంగా పొందాలి. భౌతికంగా, మానసికంగా, బుద్ధిపరంగా ఆత్మపరంగా.

"జీవిత పరమార్థం"

ఈ జీవితం వున్నది **- - -** అన్ని వస్తువులనూ, అన్ని విషయాలనూ అనుభవించడానికి.
సకల కళలనూ, సకల విద్యలనూ అభ్యసించడానికి... ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రం గురించి పూర్తిగా, క్షుణ్ణంగా తెలుసుకోడానికి....ముఖ్యంగా అత్మశక్తులను శక్తిమేరకు సంతరించుకోడానికి
కనుక, జీవిత పరమార్థాలు - నాలుగు:

భుక్తి - - -విషయానందం ద్వారా

రక్తి - - -కళలు, ఆటలు, పాటలు ద్వారా

ముక్తి- - -ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానం ద్వారా

శక్తి - - -యోగ సాధన ద్వారా

" జీవహింస "

వేమన **మహాయోగి"** మాత్రమే కాదు. . పరమ సత్యాలను నిర్మొహమాటంగా, పచ్చిగా, ఖచ్చితంగా, సులభశైలిలో చెప్పిన
"పరమ ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర అధ్యాపకుడు" కూడా
ఖచ్చితంగా మాట్లాడని వాడు ఎప్పుడూ "అధ్యాపకుడు" కాలేడు
వేమన చెప్పినవన్నీ పచ్చి నిజాలే.
"జీవహింస" గురించి **వేమన** ఈ విధంగా చెప్పారు :

"పక్షిజాతిని బట్టి పరగ హింసలు బెట్టి
కుక్షి నింప కూడు కూరుటకును
వండి తినెడివాడు వసుధ చండాలుడు
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ."

"జీవి జీవిని జంపి జీవికి బెట్టంగ
జీవి తాను బలిసి చెలగుచుండు :
జీవహింసకులకు జిక్కునా మోక్షంబు ?
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ."

జీవహింస ద్వారానే మానవుడు బంధాలలో చిక్కుకున్నాడు
జీవహింస మానివేసినప్పుడే
మోక్షయాత్ర ప్రారంభమవుతుంది
మోక్షాభిలాష ఉత్పన్నమైనప్పుడు . . ప్రప్రథమంగా . . హింసకు దూరం అవ్వాలి

*** "పక్షిజాగి . . . . వండి తెనెడి వాడు . . . . వసుధ ఛండాలుడు"**

*** "జీవహింసకులకు చిక్కునా మోక్షము?"**

"జలాలుద్దీన్ రూమీ"

పర్షియా దేశీయుడైన "జలాలుద్దీన్ రూమీ" గొప్ప సూఫీ మాస్టర్.
సుమారు 700 సంవత్సరాలు అయ్యింది ..భూమండలం ఆ ధృవతారతో పులకించింది.
ఆయన చెప్పిన ఒకానొక సత్యవాక్కు:
"నేను 'ఖనిజం'లా చనిపోయి 'మొక్క'గా మారాను;
మొక్కగా చనిపోయి 'జంతువు'లా పుట్టాను;
జంతువుగా చనిపోయి 'మనిషి'గా అవతరించాను;
ఇంక దేనికి భయపడాలి నేను ?
చనిపోవడం వలన నేను ఎప్పుడు నష్టపోయాను ?
అంతేకాదు, మనిషి లాగా కూడా చస్తాను ;
చనిపోయి 'దేవత'గా దేవలోకాలకు వెళ్తాను.
అక్కడి నుంచి కూడా ఇంకా ఇంకా పై లోకాలకు వెళ్ళవచ్చు.
ఇంకా పైపైకి వెళ్ళి, ఎవ్వరూ ఊహించలేనంతటి స్థితికి చేరుకుంటానేమో ?"

ఆత్మకు ఎన్నో జన్మలు, మరెన్నో లోకాలు, అనంతమైన అనుభవాలు.

"జీవితం అనేది అనంతమైన, శాశ్వతమైన పరిధులు లేని, మహావినోద, మహావిజ్ఞాన యాత్ర" .. ఇదే శ్రీ జలాలుద్దీన్ రూమీ జీవిత అనుభవసారం.

ఇంగిత జ్ఞానం

మనిషికి ఉన్న సహజ లక్షణం పుట్టుకతో వచ్చినది - పశుత్వం. పసి పాపగా ఉన్నప్పుడు కేవలం తినడం, త్రాగడం, పడుకోవడం అలాంటి శుద్ధ శారీరక చర్యలే ఉంటాయి. దీన్నే పశుత్వం అనవచ్చు; లేదా పసిత్వం అనవచ్చు; మానవుడు కనుక పశుత్వం అనం ... పసిత్వం అంటాం.
పసిత్వం తర్వాత వచ్చేది బాల్యత్వం; ఈ బాల్యత్వంలో మానవుడికి శరీరంతో పాటు ఒక మనస్సు అనే పదార్థం క్రమక్రమంగా నిర్మాణమవుతుంది. ఇదే కేవలం మనస్సు అనే దాని కన్నా మనస్సు - బుద్ధి అనే రెండు పదార్థాల కలయిక అని చెప్పవచ్చు దీనినే ఇంగ్లీషులో మైండ్ అంటాం.
మానవుడు, తన పరిసరాలను అర్థం చేసుకోడానికి ఈ మైండ్ అన్నది ఒక ఉపకరణం. ఆ బాలుడు పెరిగి పెద్దయిన తర్వాత, తన పొట్ట తానే పోషించడానికి, తన రక్షణ తానే చేసుకోడానికి, సిద్ధపడటంలో సమాజం శిక్షణ ఇవ్వటానికి ఎంతో ఉబలాట పడుతూంటుంది.
పసిత్వంలో స్వంత పోషణ, స్వంత పరిరక్షణ ఉండదు. బాల్యత్వంలో ఆ స్వంత పోషణా ... స్వంత పరిరక్షణా శిక్షణ ఇవ్వబడుతుంది. చుట్టుప్రక్కల ఉన్న పరిసరాల అవగాహన కోసం అనేక విద్యలు నేర్పించబడుతూ వుంటాయి. బాల్యవస్థ దాటి యువావస్థ లో ప్రవేశించినప్పుడు మొదలవుతుంది మానసిక సంఘర్షణ.
ఈ అజ్ఞానపు ప్రపంచంలో ఉన్న అన్యాయాలకూ, పోటీతత్వానికీ ఆ యవ్వన ప్రపంచమంతా నూటికి 99.9 శాతం బలయిపోతుంది. ఒకవైపు అందరికంటే ప్రథముడు కావాలని తల్లిదండ్రుల నుంచి ఒత్తిడి, ఇంకోవైపు సమాజంలో తనకన్నా అందరూ అధికులుగా వుండడం, ముందు నుయ్యి, వెనుక గొయ్యి లా ఉండే పరిస్థితి - ఫలితంగా - మౌలికమైన ఇంగిత జ్ఞానం మృగ్యమవుతుంది - దాని పర్యవసానం హత్యలూ, ఆత్మహత్యలూ, మానసిక రుగ్మతలూ ఇంకా ఎన్నో, ఎన్నెన్నో ...

యవ్వనావస్థలో మౌలికమైన ఇంగిత జ్ఞానం కోల్పోయి, ప్రౌఢావస్థలో ఆ ఇంగిత జ్ఞాన లేమి అన్నది మరింత బలోపేతమై కుల, మత, వర్గ, జాతి విభేదాలుగా పరాకాష్టనందుకుంటాయి.

మాది కమ్మ సంఘం, మాది రెడ్డి సంఘం, మాది బలిజ సంఘం, మాది ముస్లిముల సంఘం ... అని చెప్పడంలో ప్రపంచమంతా సర్వనాశనమవుతోంది.
వాస్తవానికి మౌలికమైన ఇంగితజ్ఞానం ఏమిటి?
మౌలికమైన ఇంగితజ్ఞానం అన్నది ఏమిటంటే - కలిసి ఉంటే కలదు సుఖం అనీ, సమాజాన్ని పోటీతత్వం అనేది వెన్నుపోటు పొడుస్తోంది అనీ తెలుసుకుని ఉండటమే.
ప్రక్కవాళ్ళు బాగుంటే మనం బాగుంటాం. దీని పేరే ఇంగిత జ్ఞానం. సమాజంలో ప్రతి ఒక్కరూ ఎవరి స్థాయిలో వారు ఎంతయినా అవసరం. దీని పేరే ఇంగితజ్ఞానం.

ప్రతి వస్తువుకూ విలువ ఉంటుంది దేనినీ వృధా చేయరాదు. - దీని పేరే ఇంగితజ్ఞానం. ఏది వ్యర్ధ పదార్ధం కాదు. - దీని పేరే ఇంగితజ్ఞానం.
ఎవరూ సృష్టిలో పనికిరాని వాళ్ళు కారు. దీని పేరే ఇంగితజ్ఞానం.
ప్రతి ప్రాణిలో అంతఃశక్తి అపారంగా వుంటుంది. ఈ అవగాహనే - ఇంగితజ్ఞానం.
ప్రతిప్రాణీ ఇంకొక ప్రాణి మీద ఆధారపడుతూంటుంది. ఏ ప్రాణీ తనకు తాను స్వతంత్రం కాజాలదు. అని తెల్సుకోవటమే ఇంగితజ్ఞానం కలిగి ఉండటం.

పెరిగే పిల్లాడికి - పెంచే సమాజం ఎప్పుడూ మౌలికంగా ఇవ్వవలసింది ఇంగితజ్ఞానం. తల్లిదండ్రులు పిల్లలకు ఇంగిత జ్ఞానాన్ని కలిగించాలి. తల్లిదండ్రులు బిడ్డలలో ప్రతి రోజూ ఇంగితజ్ఞానాన్ని పరిపోషించాలి. అలాగే పాఠశాలల్లో, కళాశాలల్లో, ఉపాధ్యాయులయిన వారు విద్యార్థులలో మౌలికమైన ఇంగిత జ్ఞానం పట్ల శ్రద్ధ చూపాలి.

పాఠశాలల్లో, కళాశాలల్లో, జంతు శాస్త్రం, భూగోళ శాస్త్రం ఈ విధంగా మరి ఇతర శాస్త్రల తరహాలో ఇంగితశాస్త్రం అన్నది కూడా విధిగా ఒక పాఠ్యాంశం కావాలి. ఉదాహరణకు - తెలియకుండా తెలిసినట్లు మాట్లాడ్డం - ఇంగిత జ్ఞానం యొక్క లేమి.
వున్న అకలి కన్నా ఎక్కువ తినడం - ఇంగితజ్ఞానలేమి.

ఈ విధంగా ఇంగిత జ్ఞాన శాస్త్ర బోధన అనేది మౌలికమైన విద్యా విధానం కావాలి.
ధ్యానులు కాని తల్లిదండ్రులకు ఇంగితజ్ఞానం శూన్యం. ధ్యానులు కాని సమాజ పెద్దలలో, పాఠశాల, కళాశాల ఉపాధ్యాయులలో ఇంగిత జ్ఞానం శూన్యంగా వుంటుంది. మనిషిలో క్రోధం, ఆవేశం, ఇవన్నీ ఇంగిత జ్ఞాన లేమి యొక్క విశేష రూపాలు.

ధ్యాన శాస్త్రమనేదే మనుష్యులందరిలో ఇంగితజ్ఞానం కలిగించే ఇంగితశాస్త్రానికి మౌలికమైన శాస్త్రం. ధ్యాన శాస్త్రమంటే ఎప్పుడూ ఆ మనస్సు - బుద్ధి అనే పదార్ధాన్ని ప్రశాంతంగా వుంచుకునే శాస్త్రం.
ఎక్కడ మనస్సు - బుద్ధి అనే పదార్ధం ప్రశాంతంగా ఉండదో అక్కడ మనస్సు అతి కోరికలతోనూ, బుద్ధి విపరీత ధోరణులలోనూ, అస్తవ్యస్తమై ఉంటుంది.
ఎక్కడైతే ధ్యానశాస్త్రం ద్వారా - ధ్యాన అభ్యాసం ద్వారా మనస్సు - బుద్ధి అనేవి ప్రశాంతం చేయబడి వుంటాయో, అక్కడ మనస్సు సమతుల్యమైన కోరిక తోనూ, బుద్ధి సరియైన విజ్ఞానం తోనూ విరాజిల్లుతూ వుంటాయి.
ఓ ఆటవిక సమాజం, ఓ నాగరికత సమాజం గా మారాలంటే ఆటవికులు నాగరికులు గా మారాలంటే ఆ ఆటవిక పోయి నాగరికత రావాలి ప్రతి మనిషిలోనూ.
ఇంగిత జ్ఞానలేమి అన్నదే ఆటవికత, ఇంగితజ్ఞాన విశేషమే నాగరికత, వెరసి ధ్యాన శాస్త్రమే ఆటవికులను మౌలికంగా నాగరికులుగా చేసేది.

ఇకనుంచి మనది ఆధ్యాత్మికంగా అధికార పక్షం"

ఇప్పుడు "ధ్యాన మహాచక్రం" అనే పెద్ద "పని సంబరం" మన ముందున్నది. పిరమిడ్ మాస్టర్లందరికి ఎప్పుడూ గొప్ప గొప్ప సంబరాలే వుంటాయి. విశ్వానికి సంబంధించిన ఎంత బరువైన పని మన నెత్తిమీద పెట్టుకుంటే .. మనకి అంత పెద్దగా ఆనందం, మరి ఆరోగ్యం వుంటాయి. పని ఎక్కువగా కల్పించుకోవడమే పిరమిడ్ మాస్టర్లకు అలవాటు; బరువైన పనులను ఒకదాని తరువాత ఒకటి నెత్తిమీద పెట్టుకుంటూ వుండటం అన్నది పిరమిడ్ మాస్టర్లకు వెన్నతో పెట్టిన విద్య1999 నుంచి 2009 వరకు మనం ప్రతియేటా ధ్యానయజ్ఞాలు మహోన్నతంగా నిర్వహించుకుంటూ వస్తూన్నాము. ప్రతిసారీ "అత్యంత వైభవంగా ధ్యానమహాయజ్ఞం నిర్వించుకోవాలి" అని సంకల్పించుకోవడం .. ధన సమీకరణ చేసుకోవడం .. అనుకున్నదానికంటే ఇంకా అద్భుతంగా దానిని పూర్తిచేసుకోవడం .. లక్షలాది మంది క్రొత్తవాళ్ళకు ధ్యానాన్ని పరిచయం చేయడం .. తీరా అంతా అయిపోయాక చూసుకుంటే .. జేబులో చిల్లిగవ్వ కూడా లేక చుట్టూ అప్పులతో బిక్కముఖాలు వేయడం ..

అంతలోనే వైరాగ్యం; అయినా వెంటనే .. మళ్ళీ ఇంకా అంతకంటే పెద్ద లోకకళ్యాణ కార్యక్రమానికి నాంది పలకడం.

"నేనొక్కడినే ఈ మహా కార్యక్రమాన్ని ప్రపంచమంతా అచ్చెరువొందేలా నిర్వహించాలి" .. అన్నంత ఆత్మీయ స్ఫూర్తితో ప్రతి ఒక్క పిరమిడ్ మాస్టర్ పనిచేయాలి అన్నది నా ఆకాంక్ష.

1999 నుంచి 2009 వరకు మనం ఆధ్యాత్మికంగా విప్లవ పక్షంలో వున్నాం. " 'ధ్యాన విప్లవం', 'శాకాహార విప్లవం 'పిరమిడ్ విప్లవం' .. విప్లవాలన్నీ వర్ధిలాలి వర్ధిలాలి అంటూ దేశాలన్నీ తిరిగాము. రకరకాల ఆధ్యాత్మిక విప్లవకారులంతా ఈ సమయంలో మనతో కలవడంతో గత పది సంవత్సరాలుగా మనం ఏవైతే "వర్ధిల్లాలి, వర్ధిల్లాలి" అంటూ తిరిగామో .. అవన్నీ ఇప్పుడు వర్ధిల్లడం మొదలైంది. ఇక దాంతో మనం 2010 నుంచి ఆధ్యాత్మికంగా .. ప్రతిపక్షంలోంచి .. అధికార పక్షంలోకి వచ్చేసాము.

ప్రతి జీవికి స్వాతంత్ర్యం కావాలి. సకల పక్షిజాతి, సకల జంతుజాతి, సకల జలజాతి హాయిగా జీవించాలి. వీటన్నింటి పై మనిషి సాగిస్తున్న దారుణ మారణకాండకు స్వస్తి చెప్పాలి; ఎక్కడ ఏ జంతువు కూడా చంపబడకూడదు.

పురుషులుగావుండి స్త్రీలపై దౌర్జన్యం చేయడం, పెద్దవాళ్ళుగా వుండి చిన్నవాళ్ళ పై దౌర్జన్యం చేయడం, ధనికులుగా వుండి పేదవాళ్ళపై దౌర్జన్యం చేయడం, నగరాల్లో వుండి పల్లెటూరి వాళ్ళపై దౌర్జన్యం చేయడం.. ఇలాంటి రకరకాల దౌర్జన్యాలన్నీ మటుమాయం కావాలి.

పురుషులందరు కూడా .. స్త్రీతత్వాన్ని తప్పక అలవరుచుకోవాల్సిన అవసరం వుంది .. మరి అందుకోసమే శివుడు అర్ధనారీశ్వరుడు కావాల్సి వచ్చింది! ఎప్పుడైతే పురుషజాతి అంతా కూడా స్త్రీ జాతి సహజ లక్షణాలైన క్షమ, దయ, ఓర్పు, ప్రేమ, వినయం వంటి దైవగుణాలతో కూడిన "అర్ధనారీశ్వరజాతి" అవుతుందో .. అప్పుడే ప్రపంచం అంతా కూడా శాంతిమయం అవుతుంది.

ఈ ప్రపంచాన్ని "ధ్యాన జగత్" గా, "శాకాహార అహింసా జగత్" గా మరి "పిరమిడ్ శక్తి జగత్" గా మార్చాలంటే అది ఒక్క మన పిరమిడ్ మాస్టర్లకే సాధ్యం.

"సన్యాసం"

"సమ్యక్ న్యాసం" = "సన్యాసం"
'సమ్యక్' = 'సరియైన'
'న్యాసం = 'వదిలి పెట్టడం'.
కనుక "సన్యాసం" అంటే, ఏవి అయితే వదలిపెట్టాలో వాటిని వదలి పెట్టడం"
"ఏవి అయితే త్యాజ్యనీయమో వాటిని త్యజించడం"
అయితే వేటిని వదలి పెట్టాలి?
"నేను ఇదే" అనే భావాన్ని; "నేను ఇంతే" అనే భావాన్ని
"నేను వేరే,నువ్వు వేరే" అనే భావాలను;

"ఇది నాది" అనే భావాన్ని.
చేయవలసింది "సర్వ 'సంఘ' పరిత్యాగం" కాదు ..
చేయవలసింది "సర్వ 'సంగ' పరిత్యాగం"!
"సంఘం" అంటే "చుట్టుప్రక్కల వున్న వ్యక్తుల సముదాయం"
"సంగం" అంటే "మితమీరిన 'నా' అనే భావన"
అంటే " ఆన్ డ్యూ ఎటాచ్ మెంట్ ' అన్నమాట.
కలిసి వుండాలి 'సంఘం'తో .. కాని 'సంగం' లేకుండా!
-"పద్మపత్రమివాంభస"
"తామరాకు మీద నీటిబొట్టు వున్నట్లు" అన్నమాట.
* సంఘం వాంఛనీయం; అది మన పురోగతికి తప్పనిసరి
* 'సంగం' అవాంఛనీయం; అది మన పురోగతికి గొడ్డలిపెట్టు
* సర్వ 'సంగ' పరిత్యాగమే సమ్యక్ న్యాసం

IFSS - విజయనగరం

విజయనగరం పట్టణంలోని స్థానిక " గురుజాడ క్షేత్రం "లో ఫిబ్రవరి 24వ తేదీన " నేషనల్ కాంగ్రెస్ ఆఫ్ స్పిరిచ్యువల్ సైంటిస్ట్స్ సదస్సు ఆధ్వర్యంలో IFSS 14వ సదస్సు ప్రారంభం అయ్యింది. జ్యోతి ప్రజ్వలనం అనంతరం కార్యక్రమానికి హాజరయిన సుమారు రెండువేలమందితో ధ్యానం చేయించిన బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ .. తమ ప్రారంభ సందేశం...

" ప్రతి ఒక్క ఆధ్యాత్మిక సంస్థ చెప్పే విజ్ఞానదాయకమైన విశేషాలను వినడం .. మన ప్రయోగాలు మనం చెయ్యడం మరి అలా చేసిన ప్రయోగాల యొక్క ఫలితాలను వాడవాడలా ప్రతి ఒక్కరికీ చేరవెయ్యడం .. IFSS స్థాపనలో ఉన్న ప్రధాన లక్ష్యం !

" ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తల యొక్క బాధ్యత .. అందరికీ ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రాన్ని నేర్పించడం ! లెడ్‌బీటర్, అనీ బిసెంట్, స్వామి రామా, సిల్వియా బ్రౌన్ వంటి మరెందరో ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తలు రచించిన సమగ్ర అనుభవజ్ఞాన గ్రంథాలను చదివి విషయాలను తెలుసుకోవడం. అలా తెలుసుకున్న విషయాలను ఆచరణలో పెడుతూ ప్రయోగాత్మకంగా వాటిని తమ స్వంత అనుభవజ్ఞానంలా మలచుకోవడం !

" భగవద్గీతలో శ్రీకృష్ణుడు ' అర్జునా ! యోగివికా ' అని సూచించడంలో అర్థం .. అర్జునుడిని ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తలా మారమనడమే ! ఎంత విషయ పరిజ్ఞానాన్ని సేకరించుకున్న గొప్ప ఆధ్యాత్మికవేత్త అయినా శాస్త్రవేత్త అయి అనుభవ జ్ఞానంతో తనను తాను ఉద్ధరించుకోనంత వరకూ పరిపూర్ణుడు ఎంతమాత్రం కాలేడు.

" ఎవ్వరూ .. మరొకరిని ఉద్ధరించజాలరు. చీకటిలోంచి వెలుతురులోకి ఎవ్వరూ ... ఎవ్వరినీ తీసుకుని వెళ్ళలేరు ! అలా ఒకరు ఇంకొకరికి చేయగలరు అనుకోవడం అవివేకం, అజ్ఞానం ! కనుక ' దేవుడు ఎక్కడ? ' అని వెతుకుతూ బయలుదేరే ప్రతి ముముక్షువుకు ' నేనే దైవం ' అన్న ఆత్మసత్యాన్ని తెలియజేసేదే ధ్యానం!"

" ఆధ్యాత్మికతకు వెన్నుముక వంటి ధ్యానం ద్వారా మాత్రమే మనకు శారీరక, మానసిక, సాంఘిక, ఆర్థిక స్వస్థతలు లభిస్తాయి. చెడు అలవాట్లు దూరమై ' మన వాస్తవం .. మన మీదనే ఆధారపడి ఉంటుంది ' అన్న సత్యం అవగతమవుతుంది ! ధ్యానం ద్వారా శరీరాన్ని శక్తివంతం చేసుకుంటూ, బుద్ధి పరిపక్వతనూ, స్వీయ ఆత్మాభివృద్ధినీ పొందుతూ ఆధ్యాత్మిక ప్రయోగాలకు అద్భుత సాధనంగా మలచుకోవాలి" అంటూ తెలియజేశారు.

.

"25 ఫిబ్రవరి 2014"

ఫిబ్రవరి 25వతేదీన రెండవరోజు కార్యక్రమం పత్రీజీ వేణునాదంతో కూడిన ధ్యానంతో మొదలయ్యింది. అనంతరం వారు తమ సందేశాన్నిస్తూ ... " ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రంలో మౌలికంగా ఆరు సత్యాలు ఉన్నాయి !

" ఆత్మసత్యం " : నేను శరీరాన్ని కాదు ; శుద్ధ చైతన్యంతో నిండిన ఆత్మను.
" జన్మ-పునర్జన్మ సత్యం " : అనేకానేక జన్మల అనుభవ సారాన్నంతా జ్ఞానంలా మలుచుకుంటూ సరిక్రొత్త అనుభవాల కోసం మనం మళ్ళీ మళ్ళీ విభిన్నమైన జన్మలు తీసుకుంటూ ఉంటాం.
" కర్మ-కర్మఫల సత్యం " : ఏ కర్మ చేస్తే ఆ కర్మకు తగిన ఫలితాన్ని వెంటనే పొందుతూ ఉంటాం. అక్కడ ఎవ్వరికీ ఏ విధమైన వెసులుబాటు ఉండదు.
పురోగమన సత్యం : మనం ఏ పని చేస్తున్నా ప్రతిక్షణం దాని నుంచి ఎంతో కొంత నేర్చుకుంటూ అభివృద్ధిచెందుతూనే ఉంటాం.
యోగ సత్యం : ధ్యాన, స్వాధ్యాయ, సజ్జన సాంగత్యాదులు మన జ్ఞాన సేకరణ ప్రక్రియను మరింత వేగవంతం చేస్తాయి.
అనేకానేక సత్యం : మనం నివసించే ఈ భూమి ఒక్కటే కాకుండా ఈ విశాల విశ్వంలో ఇంకా ఇంకా అనకానేక నక్షత్రాలూ, సూర్యమండలాలూ భువర్లోకాలూ, సువర్లోకాలూ, జనాలోకాలూ, మహాలోకాలు ఎన్నో ఉన్నాయి.

" ఇవన్నీ కూడా మనకు ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రాన్ని విశేషంగా అధ్యయనం చేస్తే తెలుస్తాయి ! కనుక ప్రతి ఒక్కరూ ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రాన్ని ఇతోధికంగా అధ్యయనం చేస్తూ శాస్త్రవేత్తల్లా మారి తమవైన ప్రయోగాలను చేపట్టాలి " అని కోరారు.

ఇది మన ధర్మం

ఇది మన రాష్ట్రం .. ఇది మన దేశం .. ఇది మన ధర్మం .. ఇది మన పని! ఇది ఇంకొకకరి పని కానే కాదు. మనం అంతా కూడా ఎన్నో జన్మలు హిమాలయాలలో తపస్సు చేసి ఈ జన్మలో " పిరమిడ్ పార్టీ " లో చేరి .. ధర్మ సంస్థాపన కోసం వచ్చాం! పిరమిడ్ పార్టీలోకి అందరూ రావాలి .. అందరూ కలిసి చక్కగా పనిచేయాలి!

2014 ఎన్నికలకు మళ్ళీ మనం ఇప్పటీ నుంచే శంఖం పూరిస్తున్నాం. ఎన్నికల కోసం మనం ప్రతి జిల్లాలోనూ .. ప్రతి మండలంలోనూ కమిటీలు వేసుకుని, ప్రతి చోట సమావేశాలు చేసి .. పిరమిడ్ పార్టీని ముందుకు తీసుకువెళ్దాం!

" ధ్యానంచేసే వాళ్ళకు రాజకీయం ఎందుకండీ? " చాలా మంది అడుగుతారు ! అది సహజం ! " ధ్యానం చేసేవారికే రాజకీయం " అని మనం చెబుదాం. ఎందుకంటే ఆత్మజ్ఞానులకు మాత్రమే రాజ్యాన్ని నడిపే నైపుణ్యత ఉంటుంది. మనకు ఏ ' ఆరాటం ' లేదు, ఏ ' ఆయాసం ' లేదు .. మరి ' ప్రయాస ' అసలే లేదు ! హాయిగా కూర్చుని ధ్యానం చేస్తాం, పార్టీ గురించి చెప్తాం! ఈ భూమిపై ధర్మం స్థాపించడానికి కృషిచేస్తాడు!

' ప్రపంచంలో ఉన్న కుళ్ళును తీసి వేయటం కోసం కంకణం భూమిపై కట్టుకున్న వాడే కర్మయోగి ; దీన్నే " కర్మయోగం " అన్నారు కనుక " ఎవరు వచ్చినా రాకపోయినా నేను ఒక్కడినే పిరమిడ్ పార్టీకి పనిచేస్తూంటాను. నేను ఒక్కడినే ధ్యానప్రచారం చేసుకుంటాను! ఇలా నా ధర్మం నేను చేస్తాను " అనుకునేవాడే కర్మయోగి మరి ; దీనినే ' కర్మయోగం ' అన్నారు.

" త్యాగం " ద్వారా అమృతత్వం వస్తుంది. " స్వార్థం " ద్వారా మృతత్వం వస్తుంది! " నేను అందరినీ కొల్లగొట్టుకోవాలి " అనేది మృతత్వాని కి దారితీస్తే " నేను అందరికీ సహాయం చేయాలి " అనేది అమృతత్వానికి దారి తీస్తుంది.

మనకు రెండు దానాలు వున్నాయి: ఒకటి శరీరానికి దానం ; రెండవది ఆత్మకు దానం. శరీరానికి ' అన్నదానం ' చేయాలి .. ఆత్మకు ' జ్ఞానదానం ' చేయాలి! ' ఆత్మ' అన్నది జ్ఞానంతోనే సంతృప్తి చెందుతుంది మరి ' శరీరం ' అన్నది అన్నంతోనే సంతృప్తి చెందుతుంది కనుక దేనికి ఏది ఇవ్వాలో అదే ఇవ్వాలి. మనం ఒకటి ' దేహం ', రెండవది ' దేహి ' .. ఒకటి ' శరీరం ', రెండు ' ఆత్మ '. ' మమాత్మ సర్వభూతాత్మ ' అన్నది ఆత్మ యొక్క తత్త్వం కనుక అంతటా వున్న ఆత్మకు మనం ఇవ్వవలసింది ' జ్ఞానం '.

పిరమిడ్ ధ్యానకేంద్రాలకు వచ్చేవాళ్ళందరికీ ' జ్ఞానదానం ' జరుగుతూనే వుంటుంది. ప్రతి ఒక్కరూ ధ్యాన సాధన మొదలుపెడితే .. పరమాత్మలుగా ఎదుగుతారు. రాముడు, కృష్ణుడు కూడా సంసారులే ! రాముడు వశిష్టుడు దగ్గర .. శ్రీకృష్ణుడు సాందీపుడి దగ్గర జ్ఞానం నేర్చుకున్నారు.
మీరు నాకు డబ్బు ఇవ్వవచ్చు కానీ .. నేను మీకు జ్ఞానాన్ని ఇవ్వలేను ! ఎవరికి వారే ధ్యానం చేసుకుని జ్ఞానాన్ని పొందవలసిందే !

"హిమాలయ యోగులు"
(స్వామీ రామా అనుభవాలు)

స్వామీ రామా వ్రాసిన అసమానమైన యోగ పుస్తకం -
"లివింగ్ విత్ ది హిమాలయన్ మాస్టర్స్ - Living with the Himalayan Masters "
ఆ పుస్తకాన్ని కర్నూలు స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీకి చెందిన స్వర్గీయ డాక్టర్ v.v.బాలకృష్ణ గారు
"హిమాలయ యోగులు" గా తెలుగులోని అద్భుతంగా అనువదించారు
హిమాలయ పర్వతశ్రేణుల్లో వున్న పరమగురువుల విశిష్ట యోగసిద్ధుల గురించీ,
వారి అపార జ్ఞాన సంపద గురించీ, స్వామీ రామా స్వానుభవాలు యధాతథంగా వున్న పుస్తకం. ఆధ్యాత్మిక లోకానికి స్వామీ రామా చేసిన ఎనలేని సేవగా ఆచంద్రతారార్కం నిలిచిపోతుంది ..
"లివింగ్ విత్ ది హిమాలయన్ మాస్టర్స్"
యోగసాధకులు తప్పక చదువవలసిన పుస్తకం
లెక్కలేని ఆధ్యాత్మిక పాఠాలను నేర్పించే పుస్తకం.

హ్యాపీ న్యూ ఇయర్

జీవితం ఎప్పటికప్పుడు క్రొత్తే ; జీవితం ఎప్పుడూ వినూతనమైనదే.

అయితే, దృష్టిలోపం వల్ల ఆత్మజ్ఞానం లేనివారు ఎప్పటికప్పుడూ పాత జీవితాన్నే అనుభవిస్తున్నాం అని అనుకుంటూంటారు.

ఒక్క క్షణం క్రింద వున్న జీవితం ఇప్పుడు వుండడం అసంభవం.

జీవితం పారే నది లాంటిది. నీరు ఎప్పుడూ మారుతూనే వుంటుంది.

జీవిస్తూ ప్రతిక్షణంలోని నూతనత్వాన్ని ఆస్వాదించడమే ఆత్మజ్ఞానం యొక్క విస్ఫోటనం.

ధ్యానం, ఆత్మజ్ఞానం అంటే శ్వాసను గమనిస్తూ, కళ్ళు మూసుకుని కూర్చోవడమే కాదు.

కళ్ళు తెరచి వున్నప్పుడు గమనించబడే ప్రతి క్షణంలోని నూతనత్వాన్ని ఆస్వాదించడం కూడా జ్ఞానమే.

వాస్తవానికి అదే వికసిత ఆత్మజ్ఞానం.

ఇంతవరకు న్యూ గురించి చెప్పుకున్నాం ; ఇక హ్యాపి గురించి చెప్పుకుందాం.

నిజానికి జీవితం ఎప్పుడూ హ్యాపీ యే.

ఆత్మజ్ఞానం లేకే మానవుడు దుఃఖాన్ని అనుభవిస్తున్నాడు ; నిజానికి దుఃఖం అన్నది ప్రకృతిలో ఎక్కడా లేదు.

చావే లేనప్పుడు దుఃఖం ఎక్కడిది ?

వాస్తవానికి ఎటు చూసినా హ్యాపీ, హ్యాపీ హ్యాపీ యే ...

ఉన్నదంతా హ్యాపియే ;

వున్నదంతా హ్యాపీగానే వున్నప్పుడు ఇక క్రొత్తగా వస్తున్నది మరి ఇంకెంత హ్యాపీ ..

కనుక, హ్యాపీ న్యూ ఇయర్.

"హంస=శ్వాస"

'హంస ధ్యానం' అంటే 'శ్వాస ధ్యాస' ... అంటే శ్వాస మీద ధ్యాస హంస ధ్యానం ద్వారానే 'పరమహంస' అయ్యేది. ఎంతో మంది సృష్టిలో పరమహంసలు ఇంతవరకు అయ్యారు. ఇప్పుడు ఎంతోమంది అవుతున్నారు. మిగతా అందరూ భవిష్యత్తులో కాబోతున్నారు.

ప్రతి స్త్రీ, ప్రతి పురుషుడు, ప్రతి బాలుడు పరమహంస కావలసిందే. ఎలా అవుతాం పరమహంస? 'హంస ధ్యాస' ద్వారానే పరమహంస అవుతాం. పరమహంస అయిన తర్వాతనే జీవితంలో హాయి వచ్చేది. అప్పుడే జీవితంలో ఆనందం వచ్చేది.

"హంస అనేది పాలను, నీటిని వేరు చేస్తుంది" అని ప్రతీతి. పాలు సత్యం, నిత్యం ... నీరు అంటే అసత్యం, అనిత్యం ... హంస ధ్యానం ద్వారానే నిత్యమూ-అనిత్యమూ వేరు వేరు. దేహి-దేహమూ వేరువేరుగా తెలుసుకుంటాం. నిత్యాన్నీ, అనిత్యాన్నీ పూర్తిగా వేరు చేసేసినవాడు 'పరమహంస' అని అర్థం.

సరస్వతీదేవి వాహనం హంస. 'సరస్వతి' అంటే చదువుల తల్లి. కళల నిలయం. సకల కళలనూ సొంతం చేసుకుంటాం. 'హంస ధ్యానం' ద్వారానే మనం చదువుల్లో రాణిస్తాం. సకల కళలనూ సొంతం చేసుకుంటాం. 'హంసమూర్తి' అయితేనే మనం ధ్యానమూర్తి అయ్యేది. 'ధ్యానమూర్తి' అయితేనే మనం మరి ప్రజ్ఞామూర్తి అయ్యేది. అందరమూ హంసాత్ములం అయ్యెదముగాక.

హంసో శరణం గచ్ఛామి.

హంస యేవ శరణం వయం.

గురువులు ఎప్పుడూ వున్నారు"

"చెప్పేవాడు ఎప్పుడూ వున్నాడు, వినేవాడే లేడు"
అనేవారు పరమగురువు శ్రీ సదానంద యోగి
జనవరి1, 1981 లో నేను ఆ పరమాత్ముణ్ణి కర్నూలులో కలుసుకున్నాను ..
ఒక చిన్ని గదిలో .. 'రాఘవేంద్ర లాడ్జి' లో..
అప్పటి నుంచి ఆయనకు అంకితమైపోయాను ..
22 మే, 1983 వరకు .. ఆయన శరీర విరమణ చేసేంతవరకు ..

శిష్యుడు సరియైన స్థితిలో ఉన్నప్పుడు
గురువులు వచ్చి తీరుతారు
భౌతికంగా కానీ, సూక్ష్మశరీరంతో కానీ,

కనుక
"మనం సరియైన స్థితిలో ఉన్నామా, లేదా ?"
అని ఎప్పటికప్పుడు మనల్ని మనం పరీక్షించుకోవాలి
మనం సరియైన స్థితిలో లేకపోతే,
గురువులు భౌతికంగా మన ఇంట్లోనే వున్నా
మనకు ఎంతమాత్రం అర్థం కారు.

***ప్రాపంచిక శిష్యులకూ, కుచ్చితులకూ,**
మోసగించే గురువులే దొరుకుతారు
*** మోక్షార్థులైన శిష్యులకు మోక్షం పొందిన గురువులే దొరుకుతారు**

"గురువు - పరమగురువు"

నేటి శిష్యుడే
రేపటి గురువు
"గురువు అంటే "బరువైనవాడు" -
"జ్ఞానంతో బరువైనవాడు" అన్నమాట
"లఘువు" అంటే "తేలికగా ఉన్నవాడు"
"జ్ఞానం లేక తేలిపోయి ఉన్నవాడు" అని అర్థం

నేటి ముముక్షువు
రేపటి ముక్తపురుషుడు, గురువు
ధ్యానం ద్వారా దివ్యచక్షువును సంపాదించుకుని
ఆత్మజ్ఞానాన్ని పొందినవాడే "గురువు"

అదే విధంగా
నేటి గురువే,
మరునాటి పరమగురువు
"పరమగురువు" అంటే
"చాలా చాలా బరువైనవాడు" అన్నమాట
అంటే "బ్రహ్మజ్ఞానంతో బరువైనవాడు" అన్నమాట
నేటి ఋషే, రేపటి రాజర్షి, మరునాటి బ్రహ్మర్షి అవుతాడు

* **దివ్యచక్షువు సంపాదించుకున్నవాడు గురువు, ఋషి**
* **దివ్య చక్షువును పరిపక్వం చేసుకున్నవాడే పరమగురువు బ్రహ్మర్షి**

"గురువు -లఘువు"

"గురువు" అంటే, బరువయినవాడు" అని అర్థం
అంటే, "జ్ఞానంతో, అనుభవంతో
బరువుగా, ఉదాత్తంగా అయినవాడు" అని.

'గురువు' అనే పదానికి విపరీత పదం 'లఘువు'
"లఘువు".. అంటే "తేలికగా వున్నవాడు" అని;
అంటే, "జ్ఞానం, అనుభవం లేకుండా,తేలికగా అనుదాత్తంగా వున్నవాడు" అని.
"గురువు", "శిష్యుడు" అనే పదాలలో
నేర్పించేవాడు"-"నేర్పించబడేవాడు" అనే అర్థం సామాన్యంగా స్ఫురిస్తుంది.
అయితే,"గురువు" అంటే "నేర్పించేవాడు" కాదు!
శిష్యుడు" అంటే "నేర్పించబడేవాడు" కాదు!

నిజానికి ఎవ్వరూ, ఎవ్వరికీ ఏ విద్యనూ అందించలేరు!
అయితే, ఎవరంతటవారు తమ తమ సాధనా అవగాహనల ద్వారా
'నేర్పు' వున్న వారి 'నేర్పరితనం' చూసి నేర్చుకుంటూ వుంటారు!
తగిన సాధనాక్రమంలో, అనుభవక్రమంలో
'లఘువు' లు 'గురువు'లుగా ఎప్పుడూ అవుతూనే వుంటారు!
కనుక, "గురువు" అంటే "బోధకుడు" కాదు అని ఖచ్చితంగా తెలుసుకోవాలి.
"గురువు" అంటే "సాధన ద్వారా సిద్ధుడు అయినవాడు" అని అర్థం.
ఇది బోధపడినప్పుడు, "గురువు" అనే ఒకానొక 'వ్యక్తి' వెంటబడడం వుండదు
"'సాధన' అనే 'కార్యక్రమం' వెంటపడడం మొదలవుతుంది!

ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర అధ్యయనం ద్వారా, ధ్యాన యోగ సాధన ద్వారా,
సజ్జన సాంగత్యం ద్వారా నిష్కామకర్మల ద్వారా
"లఘువులు" క్రమక్రమంగా "గురువులు"గా అవుతారు!

" గురువు..గురూపదేశం..గురుత్వాకర్షణ శక్తి "

"గురువు" అంటే బరువైనవాడు" అని అర్థం
"గురువు" అనే పదానికి వ్యతిరేకమైన పదం .."లఘువు"
"లఘువు" అంటే "తేలికైనవాడు" అని అర్థం
అధికమైన జ్ఞానం ఉంటే గురువు .. స్వల్పమైన జ్ఞానం ఉంటే లఘువు
లఘువులు అయినవారు గురువుల దగ్గరికి చేరి
క్రమక్రమంగా తమ లఘుత్వాన్ని అంతం చేసుకుంటూ గురుత్వాన్ని సాధించుకోవాలి
"కఠిన సాధన" ఉన్నప్పుడే గురుత్వం .. కఠిన సాధన లేనప్పుడు లఘుత్వం
"కఠిన సాధన" అంటే ప్రతి దిన, రోజువారీ సాధన
గురువులు ఎప్పుడూ లఘువులకు ఉదాహరణలుగా ఉంటారు
"ఒక వ్యక్తి సాధించింది ఏదైనా .. మరొక వ్యక్తి కూడా సాధించగలడు"
అన్న సత్యాన్ని ఎప్పుడూ నొక్కి చెప్పేవాడే గురువు
"ప్రతి ఒక్కరిలోనూ 'క్షమత' ఉన్నది" అని నొక్కి చెప్పేవాడే గురువు
"ఎప్పుడూ సాధనకు తహతహలాడాలి" అని నొక్కి చెప్పేవాడే గురువు
"గురువుగా తయారు కా" అని చెప్పేవాడే .. గురువు
సకల విద్యల్లో, కళల్లో, ఆటలో, పాటల్లో గురువులు ఎప్పుడూ వుంటారు
గురువులు కాదలచుకున్న లఘువులతో అనునిత్య సాధన చేయించేవాడే గురువు
గురువు యొక్క సాన్నిధ్యమే "గురుకటాక్షం" .. గురువు యొక్క చిరునవ్వే "గురుకృప"
గురువులు కాదలచుకున్న లఘువులతో అనునిత్య సాధన చేయించేవాడే గురువు
భూమికి గురుత్వాకర్షణ శక్తి ఉన్నట్లే గురువు దగ్గర కూడా గురుత్వాకర్షణ శక్తి ఉంటుంది
భూ గ్రహం యొక్క గురుత్వాకర్షణ శక్తికి లోబడి భూమి యొక్క ఉపగ్రహం అయిన చంద్రుడు భూమి చుట్టూ తిరుగుతున్నట్లు ..
సూర్యుడి యొక్క గురుత్వాకర్షణ శక్తికి లోబడి భూగ్రహం, మరి ఇతర గ్రహాలు, సూర్యుని చుట్టూ తిరుగుతున్నట్లు ..
గురువులుగా కావాలని నిశ్చయించుకున్న లఘువులు ..
గురువు యొక్క గురుత్వాకర్షణ శక్తిక్షేత్రంలో సదా తిరుగుతూ ఉంటారు
గురువులు కావడానికి సంకల్పించిన వారికే గురువులు కనబడతారు కానీ..
గురువులు కావడానికి సంకల్పించని వారికి గురువులు ససేమిరా కనబడరుచూసే చూపును బట్టే చూడబడేది ఉంటుంది
దృష్టిని బట్టే దృశ్యం సాకారాం అవుతుంది
"యతో దృష్టిః .. తథా దృశ్యం"

గురువులుగా కాదలచుకున్న లఘువులకే గురువులు కావాలి
గురువులుగా కాదలచుకున్న లగువులు చుట్టూ లేకపోయినా .. గురువులకు ఏమీ కొరత లేదు
గురువులుగా కాదలచుకున్న లఘువులు చుట్టూ ఉంటే .. గురువులకు సంతోషం మాత్రం ఉంటుంది
నిన్నటి కఠిన సాధనాపరుడయిన లఘువే .. నేటి గురువు
నేటి కఠిన సాధనాపరుడయిన లఘువే .. రేపటి గురువు
ఇదీ గురువుల, లఘువుల కథ ..
"గురుపౌర్ణమి" సందర్భంగా శ్రీగురువులందరికీ సాష్టాంగ ప్రణామాలు
"వ్యాసపౌర్ణమి" సందర్భంగా ఆదిగురువులైన శ్రీ వేదవ్యాసుల వారికి సాష్టాంగ ప్రణామాలు

'గురి' తత్వమే .. 'గురు' తత్వం "

' గురువు ' అన్నది ఒక గొప్ప ' తత్వం ' .. అంతే కానీ ' గురువు ' అంటే ఒక ' వ్యక్తి ' ఎంతమాత్రం కానేకాదు.

ఒకానొక జిజ్ఞాసువు శ్రీ రమణ మహర్షి దగ్గరికి వెళ్ళి " ' గురువు ' అంటే ఏమిటి స్వామీ ? " అని అడిగాడట.
అప్పుడు ఆయన " ' గురి ' యే గురువు నాయనా " అని చెప్పారు.

' గురి ' అంటే ' శ్రద్ధ '. నేర్పేవాడికి ఎంత శ్రద్ధ ఉండాలో .. నేర్చుకునేవాడికి అంతకంటే ఎక్కువ శ్రద్ధ ఉండాలి. అసలు .. నేర్పేవాడికంటే నేర్చుకునేవాడి శ్రద్ధయే చాలా గొప్పది. నేర్పేవాడు తాను తెలుసుకున్న విషయాలను అనాయాసంగా వల్లిస్తూంటాడు కానీ .. నేర్చుకునేవాడు మాత్రం దానిని ఎంతో శ్రద్ధతో, గురితో వింటూంటాడు. తెలిసింది చెప్పడం కంటే తెలియనిది ' గురి ' తో, ' శ్రద్ధ ' గా తెలుసుకోవడమే గొప్ప. ఎంత గురితో నేర్చుకుంటే అంత జ్ఞానం కనుక ' గురియే గురువు ' అన్నారు.

మనం స్పష్టంగా తెలుసుకోవలసిన గొప్ప సత్యం ఏమిటంటే మన ' శ్రద్ధ ' అంటే మన ' గురి ' తత్వమే .. మన అసలైన గురుతత్వం.
ఈ తత్వాన్ని బోధించడానికే .. ఋషులు దేవుళ్ళ పేరుతో అనేక రకాల పాత్రలను సృష్టించి .. " అలాంటి తత్వానికి నమస్కారం " అని చెప్పారు. అయితే కాలక్రమేణా మనం అసలు తత్వాన్ని వదిలిపెట్టేసి .. కేవలం వారు ఉదాహరణలుగా చూపించిన బొమ్మలను మాత్రమే ఆరాధిస్తూ వస్తున్నాం.
" గురుర్బ్రహ్మా గురుర్విష్ణుర్గురుర్దేవో మహేశ్వరః
గురుస్సాక్షాత్పరబ్రహ్మ తస్మై శ్రీగురువే నమః || "
" గురుర్బ్రహ్మా " : అంటే " అంతటా అన్నీ సృష్టిస్తూ ఉన్న ' బ్రహ్మ ' వంటి గురుతత్వానికి నమస్కారం "
" గురుర్విష్ణు " : అంటే .. " ఈ సృష్టిలో అన్ని చోట్లా వ్యాప్తి చెందుతూ ఉన్న ' విష్ణు ' వంటి గురుతత్వానికి నమస్కారం"

" గురుర్దేవో మహేశ్వరః " : అంటే .. " ఈ సృష్టిలో అంతటినీ దివ్యంగా మరి గొప్పగా పాలించే ' పరమేశ్వరుని ' వంటి గురుతత్వానికి నమస్కారం ".

" గురుసాక్షాత్ పరబ్రహ్మ " : " కంటికి కనిపించే వ్యక్తమయిన సృష్టితత్వానికీ మరి కంటికి కనిపించని అవ్యక్తమయిన పరబ్రహ్మతత్వానికీ .. "

" తస్మై శ్రీగురువే నమః " : ఈ రెండింటి యొక్క సంపూర్ణ రూపమైన ' గురుతత్వానికీ ' మన వినయపూర్వక నమస్కారం "

" ఎవరికి వారే వారి ' గురి ' తీరే "

ఇంత వరకు మనకు తెలియని దాన్ని శ్రద్ధతో, గురితో తెలుసుకున్నాక .. ఇక దానిని ఆచరణ ద్వారా సానపెట్టుకుంటూ అభ్యాసం చెయ్యాలి. దానికి ఉన్న మన ఏకైక మార్గమే ' శ్వాస మీద ధ్యాస ' ధ్యానం. ధ్యానం ద్వారా అనేకంగా ఉన్న మనస్సును శ్వాస మీద పెట్టి .. ఏకముఖం చెయ్యాలి. ఆ పై .. ఒక్కో మెట్టును ఎక్కుతూ .. ఆత్మోన్నత దిశగా ప్రయాణం చెయ్యాలి.

" ఎవరి ' గురిలేమి ' వారికే శత్రువు .. మరి ఎవరి ' గురి కలిమి ' వారికే మిత్రుడు కనుక .. ఎవరి ' గురి ' తో వారు తమ తమ ఆత్మలను ఉద్ధరించుకోవాలి " అని భగవద్గీత ద్వారా శ్రీకృష్ణపరమాత్మ సమస్త మానవాళికీ సెలవిచ్చారు.

నేను కూడా నేను నాకు తెలిసిన విషయాలను .. అంటే నేను శ్రద్ధగా నేర్చుకున్న విషయాలను మీ చెవుల వరకు వినిపించగలను కానీ .. మీ మెదడులోకి మాత్రం ఎక్కించలేను ; మీ ' గురి ', మీ ' శ్రద్ధ ', మరి ' నేర్చుకోవాలి ' అన్న మీ ధన్యత్వమే దానిని మీ మెదడులోకి ఎక్కిస్తుంది.

" గురువు అంటే బరువైనవాడు "

ధ్యానభ్యాసంలోకి రాకముందు కూడా మనం లౌకిక విషయాల మీదా .. మరి డబ్బు సంపాదించడం వంటి ప్రాపంచిక వ్యవహారాల మీదా .. ' గురి ' బాగానే పెట్టాం. అయితే అవి అన్నీ కూడా మనల్ని ఇంకా ఇంకా ' తేలిక ' చేసేస్తూ మన దుఃఖానికి కారణం అవుతూ వచ్చాయి. ఇప్పుడు ధ్యానంలోకి వచ్చాక మన ' గురి ' అంతా ' పరబ్రహ్మతత్వం ' మీద పెట్టాం మరి అనంతమైన ' ఆత్మజ్ఞానం ' మీద పెట్టాం. క్రమంగా అవి మనలో ఏకాగ్రతత్వాన్ని పెంచడం వల్ల గురుతత్వంతో కూడిన ఆధ్యాత్మిక మేధస్సుతో మనం ' బరువు ' గా అవుతుంటాం.

సత్యభామాదేవి నగలూ చీని చీనాంబరాలూ త్రాసులో వేసినా గురుతత్వం మెండుగా ఉన్న శ్రీకృష్ణుడి బరువుకు అవి సరితూగ లేకపోయాయి. కానీ ' శ్రద్ధ ' - ' గురి ' మిళితమై ఉన్న హృదయంతో రుక్మిణీదేవి వినయంగా ఒక్క తులసీదళాన్ని త్రాసులో పెట్టగానే .. అంతటి కృష్ణుడు కూడా సరితూగాడు.

కాబట్టి ' గురి ' తో కూడిన ' గురుతత్వం ' ఎంతగా పెరుగుతూ ఉంటే .. మనలో అంతగా అణుకువ, సహనం, స్థిరత్వం, ధర్మవర్తనం మరి మనోనిబ్బరత వంటి దివ్య లక్షణాలు ఏర్పడి మరింతగా పెంపొందుతూ ఉంటాయి. ప్రతిక్షణం మన నోటినుంచి జ్ఞానపూర్వకమైన మాటలే వస్తూంటాయి.. మరి చక్కటి ఎరుకతో కూడిన ఆత్మజ్ఞానంతో మనం సదా విలసిల్లుతూ ఉంటాం.

" గాంధీ మహాత్ముల వారు " సబ్ కో సన్మతి దే భగవాన్ " అంటూ సమస్తమానవాళి తరపున ప్రార్థించారు. " భగవత్ తత్వం " అంటే " మన చర్మచక్షువులకు కనపడని సమస్త సమున్నత ఆత్మల బృహత్ సముదాయం " .. ఎప్పుడూ మనకు మతిని ధారాపాతంగా ఇస్తూనే ఉంది. అయితే దానిని పుచ్చుకునే ధన్యత్వంతో మనం కూడా సంసిద్ధులుగా ఉండాలి.

అలా మనం సిద్ధంగా ఉన్నప్పుడు ఈ సృష్టిలో వ్యక్తమయి ఉన్న ప్రతి ఒక్కటి కూడా ఒక గురువులా మనకు నేర్పిస్తూనే ఉంటుంది. సింహం దగ్గర నుంచి గంభీరత, నెమలి దగ్గర నుంచి సొగసు, పావురం దగ్గర నుంచి శాంతం, చీమ దగ్గర నుంచి క్రమశిక్షణ నేర్చుకోవాలి. అవన్నీ కేవలం వాటికి మాత్రమే స్వంతం కాదు. " నేర్చుకోవాలి " అన్న తపన ఉంటే అవన్నీ మనకు కూడా వచ్చేస్తాయి.

అంతేకాదు జీవితంలోని ప్రతిఒక్క క్షణం, ఎదురయ్యే ప్రతి ఒక్క వ్యక్తి, ప్రతి ఒక్క సంఘటనలో కూడా ఒక గురువులా మనకు జ్ఞానాన్ని కలిగిస్తూనే మనల్ని క్షణ క్షణం ఎదిగిస్తూనే ఉంటుంది. ఈ విషయాలన్నింటి పట్ల మనకు స్పష్టమైన అవగాహన కలగాలంటే .. నిరంతర ధ్యానసాధన మనకు తప్పనిసరి.

ప్రతి ఒక్కరూ కూడా ఎవరికి వారే తమలో ఉన్న ' గురి ' తత్వానికి .. ' శ్రద్ధా ' తత్వానికి .. ధ్యానసాధన ద్వారా, జ్ఞానార్జన ద్వారా విశేషంగా సానపెట్టుకుంటూ .. గురువులుగా మారితీరాలి; నిరంతర ధ్యానాభ్యాసం ద్వారా దివ్యచక్షువును సంపాదించుకోగల .. ఆత్మసందేశాలను వినగలగాలి .. మరి వాటిని నిజజీవితంలో అభ్యాసం చేస్తూ శుభాశుభాలను సాక్షీభూతంగా గమనిస్తూ ఉండాలి.

" గురుతత్వం " తో కూడి ఉన్న వారందరికీ .. ధ్యానవందనాలు

" గృహస్థాశ్రమం "

"యస్మాత్ త్రయోస్యాశ్రమిణో
దానేన్నానేవ చాన్వహమ్,
గృహస్థేనైవ ధార్యస్తే
తస్మాజ్జ్యేష్ఠాశ్రమో గృహే"   - మనుస్మృతి

"బ్రహ్మచారులు" , "వానప్రస్థులు" , సన్యాసులు" . .
అనే మూడు ఆశ్రమాల వారికీ
అన్నాదులనిచ్చి గృహస్థులే పోషిస్తున్నారు

సంపదలను సృష్టించేదీ గృహస్థులే ;
అందరికీ ఆశ్రయం ఇచ్చేదీ గృహస్థులే

కనుక,
గృహస్థాశ్రమమే ఎప్పుడూ పరిగ్రహణీయం

*** ఉత్కృష్టమైన గృహస్థాశ్రమంలో ఉన్నప్పుడే అజ్ఞానం నుంచి ముక్తి కూడా సంపాదిస్తే .. అంతకు మించిన విజయం, సార్థకత లేనేలేదు**

."గోథే"

"గోథే" ఐరోపా ఖండంలో వెలిసిన ఆధునికయుగ మహాతత్వవేత్త, మహామేధావి.
" 'చనిపోవడం, మళ్ళీ పుట్టడం' అనే పరిణామక్రమం ధర్మం
గురించి మీకు తెలియనంత కాలం ఈ భూమి మీద మీరు గమ్యం తెలియని అతిథులు"
అన్నాడు అయన.
"మీకు చావే లేదు ... మీరు చచ్చినా చావరు ...
ఇది తెలుసుకుని, ఈ భూమి మీద 'మారాజు' లా బ్రతకండి." అన్నది

ఆయన మనకు ఇచ్చిన మరో సందేశం.

జర్మనీ దేశ మహాపండితుడు, ఆధునిక ఆధ్యాత్మికవేత్తలలో అగ్రగణ్యుడు గోథే

"గౌతమ బుద్ధుడు"

బుద్ధుడు చెప్పింది ధమ్మపదంలో ఈ విధంగా నిక్షిప్తపరచబడింది:
"నిరయం పాప కమ్మినో
సగ్గం సుగతినో యన్తి, పరినిబ్బన్తి అనాసవా"
"నిరయం పాప కర్మిణి
స్వర్గం సుగతయో యాన్తి, పరినిర్వాన్త్యనాస్రవావః"(సంస్కృతం)

"పాపపు పనులు చేసేవారు నరకాన్నీ, పుణ్యాత్ములు స్వర్గాన్నీ పొందుతారు; మనస్సులో మాలిన్యం లేని మహాత్ములు పరినిర్వాణాన్ని పొందుతారు"

అలాగే, "నాకన్నా ముందు ఎంతోమంది బుద్ధుళ్ళు వచ్చారు;
నాకన్నా తరువాత కూడా ఎంతోమంది బుద్ధుళ్ళు వస్తారు" -
అని కూడా అన్నాడు గౌతమబుద్ధుడు

"మీరు కూడా బుద్ధుళ్ళుగా కండి" ..
అన్నదే బుద్ధుడు మనందరికీ ఇచ్చే సందేశం

గతం..అవగతం..విగతం "

"గతం" అంటే, మన "భూతకాల స్థితి"
పుట్టినప్పటి నుంచి ప్రస్తుతం వరకు చేసిన కార్యకలాపాల చిట్టా
ఇంకా వెనక్కిపోతే వెనకటి జన్మల గాథలు కూడా
"అవగతం" అంటే "అర్థం కావడం""అవ" అంటే "వెనక్కి రావడం" అని కూడా
ఉదాహరణకు పదాలు "అవరోహణం" .. "అవతారం"
"వెనక్కి రావడం" అంటే, "రివర్స్ గేర్ వేయడం" అన్నమాట
గతాన్ని"రివర్స్ గేర్"లో పరిలోకించినప్పుడే ఆ గతం పూర్తిగా 'అవగతం' అయి ఇక విగతం' అవుతుంది
"విగతం" అంటే "మాయమైపోవడం" 'గతం' అన్నది 'అవగతం' అయి 'విగతం' అయినప్పుడే వర్తమానం అన్నది భవిష్యత్తుకు బంగారుబాట కాగలదు
గతం అన్నది పూర్తిగా అవగతం కాకపోతే ఆ గతమే పదే పదే మరి పునరావృతమవుతూ ఉంటుంది
చేసిన తప్పులు మళ్ళీ మళ్ళీ చేస్తూనే ఉండడం జరుగుతూ ఉంటుంది
మన జీవితం చర్విత చర్వమవుతూనే ఉంటుంది

కనుక, ఎప్పుడూ "ఫార్వర్డ్ గేర్" లోనే కాకుండా అప్పుడప్పుడూ "రివర్స్ గేర్" లో కూడా జీవించాలి
అంటే, ప్రతిరోజు కొంత సమయాన్ని"ఊరికే కళ్ళు మూసుకుని శ్వాసను గమనిస్తూ కూర్చోడానికి" కేటాయించాలి
అప్పుడు గతంలోని ప్రతి సన్నివేశం మొదట మన "మనోఫలకం" లోనూ,
తరువాత మన "దివ్యచక్షువు" లోనూ, పునః పునః ప్రత్యక్షమయి సత్యం అంతా సంపూర్ణంగా
అర్థమవుతూ ఉంటుంది అర్థమయినదంతా ‘విగతం’ అవుతూ తుడిచివేయబడుతూ ఉంటుంది
పూర్ణంగా తుడిచివేయబడని గతం పదే పదే వర్తమానం లోకి వచ్చి పునఃపీడిస్తూ ఉంటుంది

*** ధ్యానంలో ఉండడమే "రివర్స్గేర్" లో సమయం కేటాయించడం అంటే**
*** అప్పుడే గతం అవగతమై విగతం అవుతుంది**

" గరళ కంఠుడు "

ఈ ప్రపంచంలో అందరిదగ్గరా వున్న మిడిమిడి జ్ఞానం వల్ల
మనుష్యులు విషాన్ని సదా క్రక్కుతూ ఉంటారు
దుష్టభావనలను ఉత్పత్తి చేస్తూ ఉంటారు
మరి దీనినే " నకారాత్మకత " అంటాం
" నెగెటివిటీ " అన్నదే " విషం "
మనం దానిని మింగకుండా, మన ' కంఠం ' లోనే పెట్టుకోవాలి
అంటే, " విశుద్ధ చక్రం " లోనే పెట్టుకుని శుద్ధి చేయాలి
అలా చేసేవాడే " గరళ కంఠుడు "

గరళం = విషం
కంఠుడు= కంఠం లో ధరించిన వాడు

శ్రీ రత్నాకరం బాలరాజు గారు
" ధమ్మపదం " అన్న పుస్తకంలో చక్కగా చెప్పారు :

" చంద్రుణ్ణీ, హాలాహల విషాన్నీ, ఈశ్వరుడు గ్రహించినట్లు
పండితుడు అందరి గుణాలనూ శిరసా శ్లాఘించి
దోషాలను మటుకు కంఠమందే నిల్పుకుంటాడు
.. బహిర్గత మొనరింపడు " అని

*** " గరళకంఠులు " కానిదే ఎవ్వరూ**
ఎప్పటికీ ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానులుగా విరాజిల్లజాలరు

"ఎవరి వాస్తవం వారిదే ..."

" ఒకానొకప్పుడు గురుకులంలో శ్రీ కృష్ణుడు, కుచేలుడు మంచి స్నేహితులు. శ్రీ కృష్ణుడు రాకుమారుడు. సకల భోగ భాగ్యాలు ఉన్నవాడు. కుచేలుడు ఓ పేద బ్రాహ్మణుడు. దానికి తోడు పెద్ద సంసారం. కటిక దరిద్రంతో కొట్టుమిట్టాడుతున్నాడు.

కుచేలుడి భార్యకు ఓ రోజు మంచి ఐడియా వచ్చింది. ఆమె తన భర్తకూ, శ్రీ కృష్ణుదికీ గల స్నేహం గురించి విని వుంది. తన ఆలోచనను భర్తకు చెప్పింది. స్నేహితుడి సహాయం కోరి రమ్మని పోరింది. సందేహిస్తూనే తప్పనిసరి పరిస్థితుల్లో స్నేహితుడి దగ్గరికి బయలుదేరాడు కుచేలుడు. "

" కుచేలుడి ఆగమనాన్ని తెలుసుకున్న కృష్ణుడు సకల రాచ మర్యాదలతో ఆహ్వానం పలికాడు. ఆత్మీయంగా పలుకరించాడు. షడ్రుచుల విందు, సంగీత నాట్యాల పొందులతో స్నేహితుడుని సంతోషపెట్టాడు. తనతో సరి సమానంగా చూసుకున్నాడు. వెంటతెచ్చిన అటుకులను కూడా భేషజం లేకుండా స్వీకరించాడు. "

" చిన్ననాటి కబర్లతో, సరదాలతో అంత సమయం ఎలా గడిచిందో తెలియలేదు స్నేహితులిద్దరికీ. రెండు రోజులు గడిచాయి. వెళ్ళొస్తాను నేస్తం, అంటూ బయలుదేరాడు కుచేలుడు. మంచిది ఫ్రెండ్, వెళ్ళిరా . . . అంటూ మర్యాదగా సాగనంపాడు ఆ యోగీశ్వరుడు. అంతే ,"
" ఏముందీ . . . , ఇంటికి వెళ్ళగానే భార్య చెండాడింది. అంత దూరం వెళ్ళి ఏమీ అడగలేదా ? మీరు అడగలేదు సరే . . . అంత క్లోజ్ ఫ్రెండ్ కదా, కృష్ణుడైనా ఏమీ ఇచ్చాడు కాదేమంటూ తిట్టిన తిట్టు తిట్టకుండా తిట్టి వదిలిపెట్టింది. "
" ఆ , " అంటూ ఆశ్చర్యంతో నోరు తెరిచారా ? " అదేంటి, ఇంటికి వెళ్ళేసరికి అష్టైశ్వర్యాలు వచ్చాయని విన్నాం అనుకుంటున్నారా . . .?

" అదేం లేదు, అవన్నీ కల్పితాలే. ప్రతి పురాణంలోనూ నిజమింత, కల్పితం అంత వుంటాయి. "
" అంతెందుకు ? ప్రహ్లాదుడు కూడా హిరణ్యకశిపుడి దురహంభావాన్నీ, పరిమిత జ్ఞానాన్నీ తన సంప్రజ్ఞతతో జయించాడే గానీ ఏ నరసింహుడూ ఏ స్థంభంలోంచీ రాలేదు . . .
కుచేలుడు జీవితాంతం ఆ దరిద్రంలోనే వున్నాడు. అతని భార్య చిత్రహింసలు పెడుతూనే వుంది. కుచేలుడి భార్య కూడా సోక్రటీస్ భార్యలాగే గయ్యాళి. అదేమిటో గానీ చరిత్రలో గొప్ప జ్ఞానుల భార్యలు ఎక్కువ అలాగే వుంటారు... "
" అయితే కృష్ణుడు ఏమీ ఇవ్వలేదా . . .? "
" పేదరికం కుచేలుడి వాస్తవం. అతని కర్మఫలం. శ్రీ కృష్ణుడు మహాజ్ఞాని. ఇతరుల వాస్తవాలను మార్చే మూర్ఖపు పని ఆయనెందుకు చేస్తాడు ? ఆ విషయం కుచేలుడి తెలుసు కనుకే తనూ స్నేహితుడిని ఏమీ అడగలేదు. కేవలం భార్య పోరు పడలేక వెళ్ళాడంతే. స్నేహితులున్నది బాధ్యతలు పంచుకోవడానికి కాదు. ఎవరి బాధ్యతలు వారివే.

మిత్రుడిగా కలవటానికి వెళ్ళినప్పుడు, అతిథిగా వున్నంత వరకూ కృష్ణుడి సకల భోగాలూ తనవి కూడానూ. . . అంతవరకే, ఆనక, ఎవరి వాస్తవం వారిదే. ఎవరి ప్రారబ్ధం వారిదే. ఎవరి అనుభవం వారిదే. సమఝయిందా. "

ధర్మం చాలా సూక్ష్మం.
నిశిత బుద్ధే ధర్మాన్ని తెలుసుకునే మార్గం.
కఠోరమైనది పరమ్ సత్యం.
ఆ సత్యాన్ని గ్రహించిటమే జీవిత పరమార్థం. . .

"ఎవరి అనుభవాలు వారివి.. ఎవరి జ్ఞానం వారిది"

"'ధ్యానం' అనే పదం.. దాని శుభ పరిణామాలు చర్చినీయాలు కావు.. అవి అనుభవనీయం! చర్చలలో ఎవరికి ఎక్కువ వాక్చాతుర్యం ఉందో వారిది పై చేయి అవుతుందే తప్ప సత్యం బట్టబయలు కాజాలదు."

"చదరంగం ఆడేవాడి ఆనందం.. చదరంగం అంటే తెలియనివారికి అర్థం కాదు. హిందీ, తెలుగు బాషలు తెలిసినవారికీ, ఆయా బాషల్లో ప్రావీణ్యత ఉన్నవారికీ వాటి అందాలు తెలుస్తాయి గానీ.. ఆ భాషలు రానివారు 'పెదవులు కదులుతున్నాయి; ఏవో రకరకాల ధ్వనులు వినిపిస్తున్నాయి' అనుకుంటారు. అనుభవనీయం కాకపోవడమే దానికి కారణం."

"బుద్ధత్వం పొందే క్రమంలో సిద్ధార్థుడు ఎందరో గురువులను కలిసాడు. శుశ్రూష చేసాడు; అందరి సందేశాలను అందిపుచ్చుకున్నాడు; మననం చేసుకున్నాడు అయినా అన్వేషిస్తూనే ఉన్నాడు. అంతకు ముందు ఐదున్నర సంవత్సరాలు ఎంతో పరిశోధన సాగించాడు. కానీ మూడు జాముల్లోనే అతడు 'సరియైన సాధన' అన్నది మొదలు పెట్టి కేవలం ఒక్క రోజులోనే అన్నీ సాధించాడు!"

"బుద్ధుడయినా.. మనమయినా.. మరెవరయినా.. అందర్నీ వినాలి. ప్రతివారి దగ్గరి నుంచి చిన్నదో, పెద్దదో నేర్చుకోవలసిందంటూ ఒకటుంటుంది. ఇలా నిరంతరం నేర్చుకుంటూనే ఉంటే ఏదో రోజున మన 'అంతర్వాణి' మనకు వినిపిస్తుంది".

"జ్ఞానం అనేది అనంతమైంది. హనుమంతుని తోకలా అది ఉంటుంది కానీ దానికి అంతం లేదు. మన ధ్యాన ఉద్యమానికి ఆరాధ్యదైవం బుద్ధుడు. అయితే ఆయనను పూజించడం, పుష్పాలంకృతుని చేయడం, మంత్రతంత్రాది విద్యలను ఆచరించడం, మనకు పూర్తిగా విరుద్ధం. మనం చేసేదంతా ఒక్కటే.. ఆయనను ఆదర్శ పురుషుడిగా హృదయంలో ప్రతిష్ఠించుకోవడం..ఆయన సిద్ధాంతాలను పాటించడం. ఇది ఒక్కటి మాత్రమే ప్రతి మానవుడూ ఆయనకు ఇవ్వవలసిన అపురూపమైన కానుక."

"బుద్ధుడంతటివాడు భూమిపైన అవతరించి చెప్పవలసిన అసలు సత్యాలు చెప్పేసాక .. మరో గురువు ఎక్కడి నుంచి వస్తాడు? వచ్చినా ఆయనను మించి ఏం చెప్తాడు? ఇంకా ఏమయినా ఉంటే కదా చెప్పటానికి! బుద్ధుడు కూడా తాను బుద్ధత్వం పొందాక 'ఇంకా నేను తెల్సుకోవలసినవి .. ఇతరులకు తెలియచెప్పవలసిన సృష్టి రహస్యాలు ఏమయినా ఉంటే అవి నాకు చెప్పే మహాత్ముడు కనపడాలి' అనుకుని ధ్యాన నిమగ్నుడైతే .. తనకు తానే కనపడ్డాడట! 'చిట్టచివరి నిత్యసత్యమైన గురువు బుద్ధుడే' అనటానికి ఇంతకంటే నిదర్శనం ఏం కావాలి?!"

"ధ్యానం ఇతోధికంగా చేసి మన దివ్యచక్షువు ఉత్తేజితం చేసుకోవాలి. గత జన్మలు చూసుకోవాలి! అవి చూసుకుంటేనే మనకు అనేక జన్మపరంపరలో ఒకానొక జన్మ అయిన ఈ వర్తమాన జన్మ కూడా అర్థమవుతుంది..'మన ఆత్మ ప్రయాణం ఇప్పటి తల్లిదండ్రులతో మొదలు కాలేదు' అన్న విషయం మనకు తేటతెల్లం అవుతుంది."

"సిద్ధార్థుడు బుద్ధునిగా పరిణితి చెందాక కూడా ఆయన తండ్రి 'మీ ముత్తాత, తాత, నేను అందరం మహారాజులం. ఆ వారసత్వం ఇప్పుడయినా తీసుకుని రాజ్యాన్ని స్వీకరించు' అన్నాడు. అప్పుడు బుద్ధుడు నవ్వి 'తండ్రీ! నీ అనుభవాలు వేరు, నా అనుభవాలు వేరు. నువ్వు నీ ప్రాపంచిక బంధాలు, హోదాలతో మాట్లాడుతున్నావు. నా సంగతికి వస్తే నేను జన్మ జన్మల నుంచి ఈ బుద్ధత్వం గురించి తపించానే తప్ప తాత్కాలిక రాజభోగాలు గురించి కాదు. అనేక జన్మలు అరిహంత్‌గా, బోధిసత్వుడిగా జన్మించి చివరకు బుద్ధుడనైనాను. అందరినీ బుద్ధత్వం వైపు నడిపించటమే నా ఏకైక లక్ష్యం' అని చెప్పాడు.

"శరీరానికి పరిమితుడు శుద్ధోధనుడు; శరీరానికి అతీతమైన ఆత్మస్థితి కలిగినవారు బుద్ధుడు."

బుద్ధునిలో చూడాల్సిన అసలు బుద్ధత్వాన్ని ప్రపంచం మర్చిపోయింది. నిరంతరం ధ్యానప్రచారం ద్వారా ఇప్పుడు ఆ బుద్ధత్వాన్ని మనం అందరికీ మళ్ళీ గుర్తు చేస్తున్నాం."

"ఎన్‌లైటెన్డ్ మాస్టర్ అంటే ఎవరు?"

"దివ్యజ్ఞాన ప్రకశం గురించీ, ఆత్మతత్వాన్ని గురించీ సరియైన అవగాహన చేసుకుని దైనందిన జీవితంలో ఆచరణలో పెట్టినవాడే."

"సమాజం నుంచి సంక్రమించిన మానవ జీవితంలో 'ఎంత ఎదగవచ్చు' అన్న అవగాహన కలిగినవాడే."

"మూర్ఖ సాంప్రదయాలనూ, గ్రుడ్డి నమ్మకాలనూ తన జీవితంలోంచి సమూలంగా పెకిలించి వేసినవాడే."

"సరియైన సుశాస్త్రీయ్ దృక్పధాలను అలవరుచు కున్నవాడే."

"ఎల్లప్పుడూ తక్షణకర్తవ్యంలో తన బుద్ధినీ, శక్తినీ వినియోగించుకునేవాడే."

" 'అన్ని రకాల జ్ఞానాలకూ మూలం ధ్యానం' అని తెలుసుకున్నవాడే."

" ' సంసారమే నిర్వాణం' అన్న అవగాహన కలిగినవాడే."

"సమయాన్ని క్షణమాత్రం కూడా వృధా చేయనివాడే."

"సృష్టిలోని కార్యకారణ్ సంబంధం గురించి సమగ్రంగా తెలుసుకుని దేనికీ ఆశ్చర్యపోనివాడే."

"ఏ విషయం గురించైనా త్వరపడి తొందర నిర్ణయం తీసుకోనివాడే."

"ప్రతి క్షణమూ పరిశ్రమిస్తూ అన్ని రకాల కళలలో ప్రావీణ్యతకు ప్రయత్నించేవాడే."
"విశాలమైన మనోభావాలు కలిగి పరిణితి చెందిన సభ్య సమాజకుడే, సభ్య సమాజం యొక్క సకల సుగుణాలనూ, సురీతులనూ విపులంగా అవగాహన కలిగినవాడే."
" 'నాకే అన్నీ తెలుసు' అని అనుకోకుండా ' నాకూ కొంత తెలుసు' అన్న అవగాహన కలిగినవాడే."

"తెలుసుకోవడానికి 'అవధి' అంటూ ఎప్పుడూ లేదని తెలుసుకున్నవాడే."

"ఏ ఆధ్యాత్మిక విషయన్నైనా సహేతుకుంగా, సందర్భానుసారంగా మాట్లాడగలిగేవాడే."

"ఉన్నది ఉన్నట్లు - లేనిది లేనట్లుగా మాట్లాడుతూ జీవితంలో దేనికి ఏడవనివాడే."

"ఆధ్యాత్మిక పనులలో ఏకాగ్రత, దీక్ష, పట్టుదల అనేవి సహజ స్వభావం అయినవాడే."

"నూతనం, నిస్సంకోచం, నిర్భయం, నిత్యానందమయం అయిన ఆత్మ జీవితశైలిని అలవరచుకున్నవాడే."

" ' ఈ సృష్టి అంతా నేనే ' - 'నేనే ఈ సృష్టి అంతా' అన్న అవగాహన కలిగినవాడే."

"తన దగ్గర ఏది వుంటే అది అందరికీ పంచుతూ తనకన్నా తక్కువ స్థితిలో ఉన్నవారికి సదా చేయూతనిచ్చేవాడే."

"చేసిన తప్పుల నుంచి పాఠాలు నేర్చుకుని ఆ యా తప్పులు మళ్ళీ మళ్ళీ చేయనిఅవాడే."

"చక్కటి మానసిక మౌన స్థితిలో నిర్విరామంగా ఉంటూ ' నా వాస్తవానికి నేను సృష్టికర్తను' అన్న అవగాహనతో క్షణ క్షణం జీవించేవాడే."

"ప్రపంచంలో తిరుగుతున్నా ప్రపంచానికి అంటకుండా ఎలాంటి పరిస్థితులలోనూ భయాందోళనలకు ఏ మాత్రం తావియ్యనివాడే."

"గతించినదానితో ముడిపడకుండా సదా వర్తమానంలో ఆనందంగా జీవించేవాడే."

"సహజమైన భావోద్రేకాలను ఏ మాత్రం అణగ ద్రొక్కకుండా , ప్రతీదీ తెలుసుకోవాలన్న తపన కలిగినవాడే."

" 'తెలుసుకున్నది రవ్వంత, తెలుసుకోవాల్సింది కొండంత ' అన్న సదవగాహనతో జీవించినవాడే."

"జీవితంలో సమస్యలను అన్నింటినీ ' సవాళ్ళు'గా గ్రహించే ధీశక్తి కలిగినవాడే.'

"ఎన్‌లైటెన్‌మెంట్ యొక్క వివిధ రీతులను ఎప్పటికప్పుడూ తెలుసుకుంటూ వాటిని వీలైనంతగా ఆచరణలో తీసుకొచ్చేవాడే.

" ప్రాచీన అరబ్ దేశంలో.. ధ్యాన పరిమళాలు "

" మన భూగ్రహాన్ని పోలిన మరిన్ని భూగ్రహాలు ఈ విశ్వంలో లెక్కకు మించి ఉన్నాయి .. శాస్త్రసాంకేతికతలో, సృజనత్మకతలో మరి ఆధ్యాత్మికతలో మనకంటే వేల రెట్లు అభివృద్ధి చెంది ఉన్న ఆ అధునాతన భూగ్రహాలన్నీ మనం నివసిస్తూన్న ఈ భూగ్రహన్ని తమ కనుసన్నలలో ఉంచుకుని పాలిస్తున్నాయి. "

" అనంత విశ్వంలో జరుగుతూన్న ఈ సృష్టి విన్యాసాన్ని తెలుసుకోకుండా బావిలో కప్పల్లా ' నా కంటికి కనిపించేదే సత్యం ' అనుకోవడం మూర్ఖత్వం ! కంటికి కనిపించేది అణువంతన అయితే కంటికి కనిపించనిది .. మరి దివ్యచక్షువుతో మాత్రమే చూడగలిగేది .. బ్రహ్మాండమంత ! కేవలం ధ్యానం వల్ల మాత్రమే మనం ఈ విషయాలన్నీ తెలుసుకుంటాం ! ధ్యానంలో చేసే సూక్ష్మశరీరయానం వల్ల మనం ఆ యా భూగ్రహాలకు వెళ్ళి ఆ గ్రహవాసులతో ముచ్చటించవచ్చు ; అక్కడి శాస్త్ర సాంకేతిక విప్లవాలను గురించి తెలుసుకుని మరి అక్కడి జ్ఞానంతో ఇక్కడి మన జీవితాలను మరింత ఉన్నతీకరించుకోవచ్చు !

" అనేకానేక పరిమితమైన భూ-భౌతిక మానసిక పరిధులతో కూడిన భౌతికశరీరం కంటే ఏ పరిధులు లేని సూక్ష్మశరీరం ఎంతో శక్తివంతమైంది. కనుక సూక్ష్మశరీరయానం చేయగలిగిన శక్తిని మనం ధ్యానం ద్వారా సంపాదించుకోగలిగితే .. ఈ విశాల విశ్వంలో స్వేచ్ఛగా విహరిస్తూ ఆ యా భూగ్రహాల నన్నింటినీ చుట్టిరావచ్చు .. మరి అక్కడి నాగరికతా సమ్మేళనాలను అవగతం చేసుకోవచ్చు!

" ఇలాంటి సమాంతర లోకాల ప్రయాణ అనుభవాలను గురించి ఈ మధ్యకాలంలో ఎన్నెన్నో శాస్త్రీయ ప్రయోగాలు జరుపబడుతున్నాయి."

" మైఖేల్ డెన్‌మార్క్‌వెట్ " అందించిన ‘ థయ్యూబా ప్రోఫెసీ ’ ... జ్యూడీ సటోరీ.. అందించిన ‘ సన్‌షైన్ బిఫోర్ ది డాన్ ’ వంటి గ్రంథ రాజాలు మనకు ఇతర లోకాల సమాచారాన్ని పుష్కళంగా అందిస్తున్నాయి. కనుక ప్రతి ఒక్కరూ ఆ పుస్తకాలను తప్పకుండా చదివితీరాలి. మరి ఆవలితీరపు సమాచారాన్ని విశేషంగా తెలుసుకోవాలి ! అప్పుడే మనం ఈవలితీరంలో కూడా నిర్భయంగా ఉండగలం ! " అంటూ తెలియజేశారు.

పత్రీజీ సందేశాన్ని శ్రద్ధగా విన్న ధ్యానులందరూ సమాంతరలోకాల గురించి ఎంతో సింపుల్‌గా వివరించిన వారి జ్ఞానధారకు ముగ్ధులయ్యారు.

* * *

" సాధారణంగా మనం మన మనస్సును 10 శాతం ప్రయోజనకరమైన ఆలోచనలతోనూ .. మరి 90 శాతం అప్రయోజనకరమైన ఆలోచనలతోనూ నింపివేస్తూంటాం ! దీనికి కారణం ఆలోచనల పట్ల మనకు ఎరుక లేకపోవడం ! ఎప్పుడయితే మనం సరియైన ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానాన్ని ఇచ్చే పుస్తకాలను చదువుతూ .. మన పరిధి మేరకు తన్, మన్, ధన్‌లతో ఇతరులకు సేవచేస్తూ ఉంటామో అప్పుడు ఆ 90 శాతం చెత్త ఆలోచనలన్నీ మన నుంచి దూరం అవుతాయి.

" క్రమం తప్పని ధ్యానసాధన మనకు అవసరం ఉన్న ప్రయోజనకరమైన ఆలోచనలను మాత్రమే మన మనస్సులో నిలబడేట్లు చేసి .. ఆ ఆలోచనలను శక్తితో పరిపుష్ఠం చేస్తూ ఉంటుంది. అలా ఆలోచనల్లో స్పష్టత తెచ్చుకుని వాటిని మరింత ధ్యానశక్తితో నింపుకుంటూంటే వాటి ద్వారా లోకకల్యాణ కార్యక్రమాలు నిర్వహించబడుతాయి !

" చరిత్రలో మనం చదువుకున్న గొప్ప గొప్పవాళ్ళంతా ఇలా తమ ఆలోచనలను ఒక గొప్పశక్తిలా మార్చుకున్నవారే ! వాళ్ళంతా అలా గొప్ప వాళ్ళు కాగలిగినప్పుడు వాళ్ళకు లాగే అన్ని వనరులనూ కలిగి ఉన్న మనం వాళ్ళలాగా గొప్పవాళ్ళం ఎందుకు కాలేము? కనుక, ప్రతి ఒక్కరూ ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రాన్ని అధ్యయనం చెయ్యాలి ; ఆత్మశక్తి వినియోగాన్ని చక్కగా నిర్వహించుకోవాలి .. " అంటూ ఒక మనోవైజ్ఞానికి శాస్త్రవేత్తలా ఆత్మశక్తి వినియోగం గురించి అందరికీ తెలియజేశారు.

"ఏడు శరీరాలు"

మనిషి అన్నాక వున్నది ఒక్క శరీరమే కదా ? అవును/కాదు. చూడటానికి ఒక్కటే కానీ అంతర్లీనంగా ఆరు శరీరాలున్నాయి.

1. Physical Body	అన్నమయకోశం .. స్థూలశరీరం
2. Etheric Body	ప్రాణమయకోశమ్ .. కాంతిమయ శరీరం
3. Astral Body	భావనమయ శరీరం, లేదా మనోమయకోశం .. సూక్ష్మశరీరం
4. Mental Body or Causal Body	విజ్ఞానమయకోశం .. కారణ శరీరం
5. Spiritual Body	ఆనందమయకోశం
6. Cosmic Body	విశ్వమయకోశం .. మహాకారణశరీరం
7. Nirvanic Body	నిర్వాణమయకోశం

మానవుడి చైతన్యం Consciousness భౌతిక శరీరంలో కేంద్రీకృతమై ఉన్నప్పుడు, అంటే జాగ్రదవస్థలో ఉన్నప్పుడు, ఈ స్థూల విశ్వంలో విహరిస్తూ కర్మలు చేస్తూ వుంటాడు. స్థూల శరీరానికి మరణం ఆసన్నమైనప్పుడు సూక్ష్మశరీరం విడుదల అవుతుంది. " కాంతిమయశరీరం " అన్నది రెండు మూడు రోజుల వరకు భౌతిక కాయన్నే అంటిపెట్టుకుని (కాయం వుంటే) తరువాత క్రమక్రమంగా కరిగిపోతూ వుంటుంది.

సూక్ష్మశరీరంతో సూక్ష్మలోకాలలో తను ఆ జన్మలో చేసిన కర్మలను చూసుకుని పశ్చాత్తాపపడి, ఆ సూక్ష్మశరీరాన్ని కూడా విసర్జించి తన స్వంత బింబాన్ని సూత్రాత్మను, అంటే కారణ దేహాన్ని చేరుతాడు. నిజానికి ఆ బింబం ఎప్పటికీ కారణ లోకాన్ని విడవదు. అందులో నుంచి ఉద్భవించిన ఓ ప్రతిబింబమే భూలోకానికి వచ్చి కర్మలు చేసి, శరీరం వదిలి, సూక్ష్మలోకాలలో కర్మ ఫలాలను అనుభవించి తిరిగి తన " మూలబింబం " లో తాను " లీనం " అవుతుంది. ఈ " పర్యటన " మొత్తం యొక్క ఫలం " జ్ఞానం ".
ఈ విధంగా ప్రతి జన్మలో ఒకింత జ్ఞానాన్ని సంతరించుకుంటే క్రమంగా ఒక్కొక్క లోకాన్నీ దాటుతు, పూర్ణ ఆత్మజ్ఞానం కలగటంతో కారణలోకాలని వదిలి మహాకారణ లోకలలోకి ప్రవేశిస్తుంది. " బింబాత్మ " కారణలోకాలలో ఉన్నంతవరకూ జన్మ తప్పదు. ఆ తరువాత కావాలనుకుంటే వస్తుంది. లేకపోతే లేదు. తనను తాను సంపూర్ణంగా తెలుసుకోవడమే " జన్మరాహిత్య పదవిని, మోక్షాన్ని పొందటం ". అంటే.

దీనితో అంశాత్మ పూర్ణాత్మతో సాలోక్యాన్నీ, సామీప్యాన్నీ, సారూప్యాన్నీ, చిట్టచివరిగా సాయుజ్యాన్నీ చిరకాలంలో పొందుతుంది. సాయుజ్యాన్ని, ఐక్యతను సాధించినప్పుడు తానూ పరమాత్మగా, తారగా, చిరకాలంలో అచలంగా, స్వయంభూగా, ఆదిత్యుడిగా, సర్వలోక జ్ఞానప్రదాయిగా, శక్తిప్రదాయిగా నిలిచిపోతుంది.

ధ్యానంలో ఒక్కోసారి ఒక్కో లోకానికి వెళ్తుంటాం. ఆయా లోక పరిధిని బట్టి, ఆయా శరీరాలను ఆటోమాటిక్‌గా తీసుకెళ్తుంది. ఉదా: భూమి నుంచి రకెట్ వదిలినప్పుడు అసలైన పాయింటును చేరే లోపల, దానికి అంతవరకూ ఇంధనంగా ఉపయోగించబడ్డవి అక్కడ వదిలిపెట్టబడుతూ వుంటాయి. ఆ విధంగానే లోకాన్ని బట్టి శరీర మార్పు వుంటూ వుంటుంది.
మన జీవితం వున్నది -

అన్నమయకోశం ద్వారా . . . విషయానందం కోసం.

మనోమయకోశం ద్వారా . . . భజనానందం కోసం

విజ్ఞానమయకోశం ద్వారా . . . జ్ఞానందం కోసం

ఆనందమయకోశం ద్వారా . . . బ్రహ్మానందం కోసం

ఇటువంటి ఆనందాలు రోజూ పొందాలంటే రోజూ కనీసం,

ఒక గంట . . . . ధ్యానం

ఒక గంట . . . . స్వాధ్యాయం

ఒక గంట . . . . సజ్జన సాంగత్యం చేసి తీరాలి.

" ఏడుకొండలవాడు "

వేంకటేశ్వరస్వామి
అంటే, " ఏడుకొండలవాడు "

" ఏడుకొండలు దాటి వెళ్ళాలి " కనుక " ఏడుకొండలవాడు "
అని లోకులు సాధారణంగా అనుకుంటూంటారు

అయితే
" ఏడుకొండలు " అన్నవి ఏడు శరీరాలనూ
" షట్ చక్రాలనూ, మరి సహస్రారాన్నీ " కలిపి సూచిస్తాయి

కనుక
తన ఆరు చక్రాలనూ, మరి సహస్రారాన్నీ పూర్తిగా స్వాధీనం చేసుకుని
తన ఏడు శరీరాలనూ పరిపూర్ణంగా ఉత్తేజితం చేసుకున్నవాడినే
" ఏడుకొండలవాడు " అంటాం

ప్రతి పరమగురువూ ఏడుకొండలవాడే ..
ప్రతి ధ్యానీ చివరికి అయ్యేది " ఓ ఏడుకొండలవాడు " గానే

* 1500 **సంవత్సరాలుగా యోగస్థితిలో వుంటూ**
ఇప్పటికీ తిరుమల కొండల్లో మన మధ్య భౌతిక శరీర ధారియై వుండి
మార్గదర్శియై, మనల్ని అందరినీ ఎంతగానో అలరారిస్తున్న
ఓ మహాయోగిపుంగవుడే ఓ ఏడుకొండలవాడే వేంకటేశ్వరస్వామి

" ఏ న్యూనమూ లేదు "

"అన్నము లారగించిననూ,
అంబర భూషణాది దాల్చిననూ,
కన్య తోడి కూడిననూ
కన్న తనూజ ను ముద్దు చేసిననూ,
సకల బంధునాప్తులను దాపు చేర్చి నటించిననూ
ఏ న్యూనమూ లేదు బ్రహ్మవేత్తలకిలన్"

- శ్రీ సదానందయోగి

నా గురువు
శ్రీ సదానంద యోగి . . కర్నూలు స్వామీజీ . .
నూటికి నూరు పైసలు అచ్చమైన మహా బ్రహ్మర్షి.

1981 జనవరి 1 నుంచి ఆయన పరిచయ భాగ్యం వుండింది నాకు;
1983 మే 22 న తన శరీరాన్ని ఆయన స్వచ్ఛందంగా వదలిపెట్టారు,
ఆయన వయస్సు అప్పటికే సుమారు '160' సంవత్సరాలు
ఆయన గురించి చెప్పాలి అంటే ఎన్నో .. ఎన్నెన్నో . .

*** బ్రహ్మవేత్తల నిర్వాణానికి సంసారం అడ్డుకాదు;**
"సంసారం" , "నిర్వాణం" అనే రెండు గుర్రాల మీద
ఒకేసారి స్వారీ చెయ్యాలి - అన్నదే అత్యంత గొప్ప సాహసం

"డూ ఆర్ డై"

శ్రీ సదానంద యోగి . . కర్నూలు స్వామీజీ ..
ఎప్పుడూ నాతో అంటూండేవారు . .
"సుభాష్ , చేయి లేకపోతే చావు." అని

" DO
OR
DIE." అని

వేమన యోగి కూడా ఇదే పలుకు పలికాడు :
"పట్టు పట్టరాదు పట్టి విడువరాదు
పట్టు పట్టెనేని బిగియ పట్టవలయు
పట్టి విడుట కంటే, పడి చచ్చుటమేలు -
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ."

బుద్ధుడు కూడా **"ధమ్మపదం"** లో ఇలానే అన్నాడు :
"కయిరా చే కయిరాథేనం, దళ్హమేనం పరక్కమే"
"కుర్యాచ్చేత్ కుర్వీతైతద్, దృఢమేతత్ పరాక్రమేత" -(సంస్కృతం)
"ఏ పని చేయాలన్నా దృఢమైన నిష్ఠతో, సామర్థ్యంతో చేయాలి"

*** ఏ పనినైనా తలపెట్టేముందు "అది న్యాయమా? అన్యాయమా ? ",
"క్రమమా ? అక్రమమా ?" . .
"శుభమా ? ఆశుభమా ? " అని మొదట బేరీజు వేసుకుని ఆ
తర్వాత న్యాయమైనదీ, సక్రమమైనదీ,
శుభమైనదీ అయితే దృఢచిత్తంతో దానిని చేసే తీరాలు; చావుకు
కూడా భయపడరాదు**

దివ్యజ్ఞానప్రకాశం"

" మనం ఏమిటి ? "

" మనం ఎవరం ? "

" ఎక్కడి నుంచి వచ్చాం ? "

" ఎక్కడికి పోతున్నాం ? "

" ఎందుకోసం పుట్టాం ? "

" చనిపోయిన తరువాత ఏమౌతుంది ? "

" అసలు, 'సంఘటన' లు ఎలా జరుగుతున్నాయి ? "

" ఈ జనన-మరణ చక్ర పరమార్థం ఏమిటి ? "

" 'దైవం' అంటే ఏమిటి ? "

" ఈ అద్భుత సృష్టిక్రమం అంతా ఎలా సాగుతోంది ? " -

- ఇలాంటి ప్రశ్నలన్నింటికీ...

పరిపూర్ణమైన సమాధానాలు స్వానుభవంతో తెలుసుకుని తదనుగుణంగా జీవించటమే "దివ్యజ్ఞానప్రకాశం కలిగివుండడం" అంటే.

ధ్యానం ద్వారా ప్రత్యక్షంగా -
మరి ధ్యానుల అనుభవాలు వినడం ద్వారా,
ధ్యానుల పుస్తకాలు చదవడం ద్వారా పరోక్షంగా -
అందరికీ పరిపూర్ణ దివ్యజ్ఞానప్రకాశం అనతికాలంలో కలుగుతుంది.

" దివ్యచక్షువు "

" ఆనాపానసతి " అభ్యాసం వల్ల
" చిత్తం " అతి స్వల్పకాలం లోనే " వృత్తిరహితం " అవుతుంది
" యోగః శ్చిత్తవృత్తి నిరోధః "
అన్నారు కదా పతంజలి మహర్షి

" చిత్తం " అన్నది వృత్తిరహితమవుతూనే,
" కుండలినీ జాగృతం " అన్నది మొదలవుతుంది
కుండలినీ జాగృతమయి
చక్రాలన్నిటినీ ఉత్తేజితం చేసుకుని
సహస్రారాన్ని చేరుకున్నప్పుడు
అది అక్కడ సంపూర్ణంగా స్థితమైనప్పుడు
మనకు అత్యవసరమైనప్పుడు, తప్పనిసరి అయినప్పుడు
ఏది కావాలి అంటే దాన్ని చూడగల శక్తి
వచ్చినప్పుడు .. " దివ్యచక్షువు సంపూర్ణంగా విప్పారింది " అంటాం

* **దివ్యచక్షువు పరిపక్వం చెందినప్పుడు**
మనం కూడా " పరమగురువుల " కోవ లో చేరుతాం

ధ్యాస జగత్

శ్వాస .. మీద ధ్యాస .. ధ్యాన యోగం
మాట .. మీద ధ్యాస .. బుద్ధియోగం
అహింస .. మీద ధ్యాస .. కరుణ యోగం
ఆత్మవిశ్వాసం .. మీద ధ్యాస .. ప్రగతి యోగం
అత్మార్పణం .. మీద ధ్యాస .. భక్తి యోగం
సత్యం .. మీద ధ్యాస .. జ్ఞాన యోగం
శాస్త్రీయ దృక్పధం .. మీద ధ్యాస .. విజ్ఞాన యోగం
కర్తవ్యం .. మీద ధ్యాస .. ధర్మ యోగం
గురువాక్యం .. మీద ధ్యాస .. శిష్య- ధర్మ యోగం
అనునిత్య ప్రశిక్షణ .. మీద ధ్యాస .. గురు-ధర్మ యోగం
పరస్పర సహకారం .. మీద ధ్యాస .. సంఘ-ధర్మ యోగం
పరిసరాల పరిశుభ్రత .. మీద ధ్యాస .. పౌర-ధర్మ యోగం
వ్యక్తి న్యాయం .. మీద ధ్యాస .. రాజ-ధర్మ యోగం
భూతదయ .. మీద ధ్యాస .. కరుణా-ధర్మ యోగం
అనుభవాల పరంపర .. మీధ ధ్యాస .. ఆత్మధర్మ యోగం
దుఃఖరాహిత్యం .. మీద ధ్యస .. బుద్ధ యోగం
చేపట్టిన పని .. మీద ధ్యాస .. కర్మ యోగం
యుక్తాహారం .. మీద ధ్యాస .. ఆరోగ్య యోగం
సకలప్రాణికోటితో మిత్రత్వం .. మీద ధ్యాస .. మైత్రేయ-బుద్ధ యోగం

" ధ్యాస - మూలం - ఇదం - జగత్ "

ధ్యానానికి ముందు, తరువాత"

'కోరిక' కూ, 'అవసరాని' కీ గల తేడా ఏమిటంటే "ప్రకృతి మన అవసరాలను అన్నింటినీ తీరుస్తుంది. మనం మన ఆధ్యాత్మిక అవసరాలు తీర్చుకుంటే మన ప్రాపంచిక అవసరాలన్నీ తీరుతాయి. దాని ద్వారా మన ప్రాపంచిక కోర్కెలూ ఈడేరుతాయి. అందుకే 'ధ్యాని' కానివాడు 'భోగి' కాలేడు."

యక్షుడు ధర్మరాజును ఒక ప్రశ్న వేశాడు. "సృష్టిలో అత్యంత ఆశ్చర్యకరమైన విషయం ఏమిటి?" ధర్మరాజు దానికి సమాధానంగా "మృత్యువు" అని సమాధానం చెప్పాడు. నిజంగా మృత్యువు చాలా ఆశ్చర్యకరమైనది. అందరికీ వస్తున్న ఆ మృత్యువు "నాకు రాదులే," అనుకుంటాడు అదే ఆశ్చర్యం. చావులేని బ్రతుకు, బ్రతుకు లేని చావు, ఎక్కడా లేవు.

ధ్యానం చేయనివాడు 'B.C.' నాటి వాడు . . . 'B.C.' అంటే 'Before Christ' అంటే, Before Christ Consciousness. అంటే జ్ఞానోదయం అవ్వకముందరివాడు అంటే, ఆత్మజ్ఞానం పొందని వారందరూ 'B.C.' నాటి వారే. జ్ఞానోదయం పొందనివాడు, కుటుంబంలో ఎవరూ చనిపోయినా ఏడుస్తూ వుంటాడు. ప్రతిదానికీ ఏడుపే వీడి లక్షణం. ధ్యానం చేసినవాడు 'A.D.' వాడు. అంటే 'After Death' నాటి వాడు. నువ్వు చనిపోతేనే మళ్ళీ జీవించేది. ధ్యానం చేసేవాడు చనిపోయి, నూతన జన్మను తీసుకున్నవాడు్. ధ్యానం చేసేవాడు, చావు అంటే ఒక తమాషా అని తెలిసినవాడు. చావు అంటే భయం అనుకునేవాడు 'B.C.' నాటివాడు. ' చావు ' అన్నదే లేదు అని తెలుసుకున్నవాడు 'A.D.' నాటి వాడు.

నూతనత్వమే ఒక ఉత్సవం. ఎక్కడ ధ్యానం వుందో అక్కడ నిత్య నూతనత్వం వుంటుంది. నీ సరి అయిన మాటల ద్వారా ఎదుటివారిని ఒక సుందర శిల్పంగా మలచుకోవాలి. గౌతమబుద్ధుడు అనేకమందిని తనకు కావలసిన విధంగా మలచుకున్నాడు. చక్కని మాటలు నేర్పే విద్య, ఆధ్యాత్మిక విద్య. మాటలు మాట్లాడకుండా వుండటం వస్తేనే మాట్లాడడం అనేది వస్తుంది. నీ మాటలు ఆత్మ యొక్క తూటాలు కావాలి.

ధ్యానానికి ముందు	**ధ్యానం తరువాత**
1. చావుకు ఏడుస్తాడు.	1. 'చావు' కు ఏడవడు
2. మాటలు సవ్యంగా మాట్లాడాడు.	2. అవసరమైతేనే మాట్లాడుతాడు.
3. "నేను చేశాను" అంటాడు.	3. "నేను లేదు" అని తెలుసుకుంటాడు.
4. "మరణమే చివరిమెట్టు" అనుకుంటాడు.	4. "మరణం తరువాత 'నేను' ఉంటాను" అని తెలుసుకున్నవాడు.

ధ్యానమే సర్వస్వం"

ధ్యానమే యోగం.....ధ్యానమే భక్తి...ధ్యానమే ప్రపత్తీ......ధ్యానమే ఆరోగ్యం
ధ్యానమే మోక్షం.......ధ్యానమే ధర్మం...ధ్యానమే అర్థం........ ధ్యానమే భోగం
ధ్యానమే సర్వం........ధ్యానమే సత్యం..ధ్యానమే శివం..ధ్యానమే సుందరం

" ధ్యానమే జీవితం "
పత్రీజీ తన గురించి

నా జీవితం చాలా వరకు ఏ లోటు లేకుండా ఆనందంగానే సాగిందని చెప్పవచ్చు. నా తల్లిదండ్రులు, అక్కలు, అన్నయ్య, తమ్ముడు, స్నేహితులు .. అంతా కూడా నాకు ప్రేమను పంచుతూ నా పట్ల ఎంతో అభిమానంగా వుండేవారు.

చదువుతో పాటు నా సంగీతసాధన, ఆటలూ, పాటలూ, ఉద్యోగం, సంసారం .. అందరిలా అతి సాధారణంగా గడిచిపోతున్నా కూడా .. నాలో ఏదో తపన నన్ను ప్రశాంతంగా వుండనీయకపోయేది. " ఏదో చెయ్యాలి " అనిపించేది కానీ .. ఆ చెయ్యాల్సింది ఏమిటో తెలిసేది కాదు. అయితే 1976 సంవత్సరం నుంచి ధ్యానం చెయ్యడం మొదలు పెట్టాక మాత్రం .. నా మనస్సు సంపూర్ణంగా శాంతించి .. నా లోని ఆరాటానికి ఒక స్పష్టమైన మార్గం దొరికనట్లయ్యింది.

1979 సంవత్సరానికి సంపూర్ణంగా ఆత్మజ్ఞానం లభ్యమయ్యింది. ఈ విధంగా అటు సంసారం .. ఇటు ధ్యానసాధన అలా సాగుతూనే ఉండగా ఉండగా .. ఒకానొక సమయంలో నాలో ఏదో తెలియని వైరాగ్యం : " ఈ సంసారం ఈ ప్రపంచం .. ఈ గోల .. ఇదంతా ఎందుకు? హాయిగా అన్నీ వదిలేసి హిమాలయాలకు వెళ్ళిపోతే బాగుంటుందేమో?! " అనిపించింది. కళ్ళు మూసుకుని ధ్యానంలో కూర్చుని క్షణకాలంలో హిమాలయాలకు వెళ్ళిపోయాను. అక్కడి అందాలన్నీ తిలకించి అక్కడి ప్రశాంతతను అనుభవించి తృప్తిగా తిరిగి వచ్చేసాను.

ధ్యానంలోంచి బయటికి వచ్చాక కూర్చుని ఆలోచించాను. " హిమాలయాలకు వెళ్ళి ఏం చేస్తాం?! అసలు అక్కడ నేర్చుకోవడానికి ఏం వుంది ?! నేర్చుకోవాల్సిందంతా ఇక్కడే ఈ సంసార ప్రపంచంలోనే వుంటూనే నేర్చుకున్నాను కనుక ఎక్కడ నేర్చుకున్నదానిని అక్కడే మరింత సాధన చేసి సంసార ప్రపంచంలోని సంసారులందరికీ పంచాలి " అని బలంగా అనిపించింది! అంతే .. ఇక నా లక్ష్యం నాకు సుస్పష్టం అయ్యింది.

అలా ఒక క్షణంలోనే నాకు ‘ వైరాగ్యం ’, ‘ సన్యాసజీవితం ’ అన్నీ అయిపోయి .. హిమాలయాలకు కూడా వెళ్ళివచ్చేసి ఒక ‘ బుద్ధుడి ’ లా నా కర్తవ్యాన్ని నేను తెలుసుకున్నాను. అప్పటి నుంచి నేను ఇంట్లోనే వుంటూ .. ఉద్యోగ ధర్మాన్ని మరింత నైపుణ్యంగా నిర్వర్తిస్తూ .. ఎక్కడెక్కడ పనిచేస్తున్నానో అక్కడక్కడ అందరికీ ధ్యానాన్ని నేర్పించడం మొదలుపెట్టాను. ఆత్మజ్ఞానాన్నీ, దుఃఖనివారణోపాయాలనూ అందరికీ చెప్తూ వచ్చాను.

మిత్రుడు " శ్రీ రామచెన్నారెడ్డి " గారి ద్వారా నేను ఈ ఆనాపానసతి ధ్యానం గురించి తెలుసుకున్నాను. ఈ విద్యను నేను ఒక గురువు ద్వారా నేర్చుకోలేదు కనుక నేను కూడా ఎవ్వరికీ గురువును కాను ; ఒక మిత్రుడి ద్వారా నేను ఇంతగొప్ప విద్యను నేర్చుకుని బుద్ధుడి ని అయ్యాను కనుక ఒక ‘ మైత్రేయ బుద్ధుడి ’ ని. ఆ తర్వాత అందరికీ నా స్నేహహస్తం చాస్తూ ముందుకు సాగుతున్నాను.

నా లోని ఆధ్యాత్మిక చైతన్యాన్ని విశేషంగా తట్టిలేపిన కారుణ్యమూర్తి .. లోబ్‌సాంగ్ రాంపా! 1979 లో ఈ టిబెట్ మహాయోగి వ్రాసిన విజ్ఞాన దాయకమైన పుస్తకం " " నేను చదవడం జరిగింది. అందులోని శాస్త్రీయజ్ఞానం నేను చేరుకోవాల్సిన స్థితులను నాకు తెలియపరచింది. దివ్యచక్షువు గురించీ, సూక్ష్మశరీరయానం గురించీ, ఆకాశిక్ రికార్డు ల గురించీ, మరి మరణానంతర జీవితం గురించిన తమ స్వానుభవాలను తిరుగులేని విధంగా అందించిన లోబ్‌సాంగ్‌రాంపా గారు నన్ను కూడా ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రజ్ఞుడి లా మలిచారు.

అటు తరువాత వందల సంవత్సరాల వయస్సున్న శ్రీ సదానందయోగిగారు .. కర్నూలుకు వచ్చి .. అక్కడ " నా భాగ్యమా " అన్నట్లు నా కోసం ఆరేళ్ళు నిరీక్షించారు. " దివ్య ప్రణాళిక " ప్రకారం అనుకున్నట్లుగానే వారిని కలిసి వారి సాంగత్యంలో రెండు సంవత్సరాల పాటు నేను పొందిన అద్భుతజ్ఞానం వెలకట్టలేనిది.

" సుభాష్ ! నువ్వు మాంసపిండానివి కాదు .. మంత్రపిండానివి! " అని చెప్పి నాకు దిశానిర్దేశనం చేసి తమ ఆత్మస్ఫూర్తి నాకు అందించారు. తాము వచ్చిన పని పూర్తయ్యిందని ప్రకటించి .. ముందుగానే నిర్ణయించుకున్న తేదీ మరి సమయం ప్రకారం హాయిగా తమ భౌతిక శరీరాన్ని విడిచిపెట్టేశారు.

" చేస్తే చెయ్యి .. లేకపోతే చావు" అన్నదే గురువు గారి ఆజ్ఞ! వారి ఆజ్ఞానుసారం ధ్యానప్రచారాన్ని మరింత ముమ్మరం చేసి 2004 - ధ్యానాంధ్రప్రదేశ్ .. 2008 - ధ్యానభారత్ .. 2012 - ధ్యానజగత్ లు పూర్తిచేసుకుని .. 2016 - శాకాహార జగత్ .. 2020- పిరమిడ్ జగత్ ల పరిసాధనకై ముందుకు సాగుతున్న క్రమం అందరికీ తెలిసిందే.
" ఈ ప్రపంచం ఎలా ఉండాలో అలాగే వుంటుంది " అన్న సత్యాన్ని తెలుసుకున్నాను ; ప్రపంచం మారదు. " ధ్యానం ద్వారా మనలో వున్న అశాస్త్రీయతను సరిచేసుకుని చూస్తే .. ప్రపంచంలో వున్న ప్రతి ఒక్కటీ మనకు అద్భుతంగా కనపడుతూ వుంటుంది " అన్న అవగాహనను పొందాను. " మనలో ఎంత మార్పు వస్తుందో ప్రపంచంలో కూడా అంతే మార్పు సహజంగానే వస్తుంది. మనలో ఎంత అభివృద్ధి కనిపిస్తోందో ప్రపంచంలో కూడా అంతే అభివృద్ధి మనకు సహజంగానే కనపడుతుంది " అన్నది మనం అందరం తెలుసుకోవలసిన సత్యం.

ముళ్ళకంపలతో నిండిన అడవిలో మనం నడవాలి అంటే ఆ అడవిలో వున్న ముళ్ళకంపలన్నింటినీ మనం ఏరవలసిన పనిలేదు. కేవలం మన కాళ్ళకు చెప్పులు వేసుకుని నడిస్తే చాలు .. క్షేమంగా నడిచి మన గమ్యాన్ని చేరుకుంటాం. అలాగే ఈ ప్రపంచంలో మనం ఆనందంగా జీవించాలి అంటే ప్రపంచాన్ని ప్రక్షాళన చేయవలసిన పనిలేదు. మన దృక్పధాన్ని శాస్త్రీయంగా ఉండేట్లు సరిచేసుకుంటూ .. సృష్టిలో వున్న ప్రతి ఒక్క వ్యక్తీకరణపట్ల గౌరవభావంతో మెలుగుతే చాలు. మనం ఆనందంగా వుంటే అందరూ ఆనందంగానే వుంటారు. " ఎవరి వాస్తవానికి వారే ' కర్త ', ' కర్మ', ' క్రియ ' " అన్న సత్యాన్ని ఎరుకలో వుంచుకుని జీవించాలి.

మానవ నాగరికతలో మాంసాహారం అన్నది తరతరాలుగా వస్తోంది. " ఇది ఒక తప్పు పని " అని కానీ .. " దానివల్ల మేము ఒక జీవిని హింసిస్తున్నాము " అన్న అవగాహన కానీ చాలా మందికి లేదు. కోడి, మేక, రొయ్య, చేప మొదలైన నిస్సహాయ జీవులను చంపి లాభాలను గడించడాన్నే జీవనాధారంగా ఎన్నో వేల కుటుంబాలు తమ వ్యాపారం చేసుకుంటున్నాయి.

" తోటి ప్రాణులను పెంచి సంహరిస్తున్నాము " అన్న కనీస మానవత్వపు భావన అన్నది లేకుండా వారు దానిని ఒక వృత్తిగా స్వీకరిస్తున్నారు. తినేవారు కూడా .. " చనిపోయిన జంతువుల మృత కళేబరాలను తింటున్నాం " అన్న ఎరుక లేకుండా దానిని మామూలు ఆహారంలాగే తింటూ .. అనేకానేక రోగాల బారిన పడుతున్నారు.

సర్వదుఃఖాలకూ మూలకారణం అయిన మాంసాహార భక్షణను నిరసించాలి మాంసాహారం తక్షణమే మానాలి .. జీవహింసను ప్రోత్సహించే సకల అనర్థాలనూ నిరోధించాలి. శ్వాస మీద ధ్యాసతో ధ్యానం చేయడం వల్ల మనం యోగులుగా మారుతాం .. మరి మాంసాహారం మానడం వల్ల శారిరక శుద్ధి జరుగుతుంది. ఈ రెండు రకాల శుద్ధులు అన్నవి తప్పక జరిగితేనే మనం ఆత్మపరంగా అత్యున్నతమైన స్థితికి చేరుకుంటాం.

ఈ భూగ్రహం చరిత్రలో ఇంతవరకూ ఎంతో మంది బుద్ధుళ్ళు వచ్చారు .. మరెంతోమంది బుద్ధుళ్ళు భవిష్యత్తులో కూడా వస్తారు. అయితే " సత్యయుగ కాంతి కార్యకర్తలు " గా ఈ భూమి మీదకు వచ్చే వారిని బుద్ధుళ్ళుగా గుర్తించడం సామాన్య జనాలకు చాలా కష్టం. అందరిపట్ల స్నేహపాత్రులై వుంటూ,కరుణను కురిపించే వాళ్ళే మైత్రేయ బుద్ధుళ్ళు మరి రాబోయే కాలంలో ఈ భూమ్మీద పాదం మోపేవాళ్ళంతా కూడా ఆ మైత్రేయబుద్ధుడి ప్రతిరూపాలే.

అసలు జీవితం అన్నదానిని మనం " సాహసోపేతం " గానే జీవించాలి. చేసిందే చేస్తూ, విన్నదే వింటూ, తిన్నదే తింటూ, చూసిందే చూస్తూ సమయాన్ని గడిపేస్తూంటే .. అలాంటి జీవితంలో ఎటువంటి ఎదుగుదల ఉండదు. ఇది గొంగళి పురుగులాంటి జీవితం.

ఎప్పటికప్పుడు క్రొత్త మనుష్యులను కలుస్తూ .. క్రొత్త క్రొత్త ప్రదేశాల్లో సంచరిస్తూ .. క్రొత్త క్రొత్త ధ్యానానుభవాలను పొందుతూ వుంటే .. జీవితం ఒక పండుగలాగా వుంటుంది. ఇది సీతాకోకచిలుకలాంటి జీవితం! ఇలాంటి అద్భుతమైన జీవితాన్నే " సాహసోపేతమైన జీవితం " అంటాం.

ధ్యానం వల్లనే జ్ఞానం జ్ఞానం వల్లనే ముక్తి"

ధ్యానం

" ధ్యానం " అంటే " శ్వాస మీద ధ్యాస "
శ్వాస మీద ధ్యాస ద్వారానే చిత్తవృత్తి నిరోధం.
చిత్తవృత్తి నిరోధం ద్వారానే విశ్వశక్తి ఆవాహనం.
విశ్వశక్తి ఆవాహనం ద్వారానే నాడీమండల శుద్ధి.
నాడీమండల శుద్ధి ద్వారానే దివ్యచక్షువు ఉత్తేజితం.
ఇదంతా వెరసి ధ్యానం.

ఇకపోతే " జ్ఞానం ",

" జ్ఞానం " అంటే " మాట మీద ధ్యాస ".
" మాట మీద ధ్యాస " ద్వారానే " మాట మీద పట్టు " ;
" మాట మీద ధ్యాస " ద్వారానే " మాట శుద్ధి ".
" ధ్యానం వల్లనే జ్ఞానం " -
అంటే " శ్వాస మీద ధ్యాస " ద్వారానే
మరి " మాట మీద ధ్యాస " అన్నది సంభవం.
" నాడీమండల శుద్ధి " ద్వారానే మరి " వాక్ శుద్ధి " సంభవం.

ఇకపోతే " ముక్తి " -

" ముక్తి " అంటే " ఆత్మ సిద్ధి ".
" జ్ఞానాన్ ముక్తిః ", అన్నది సాంఖ్యం ;
అంటే " మాట శుద్ధి వల్లనే ఆత్మసిద్ధి " అన్నమాట.
" ఆత్మ సిద్ధి " అంటే " ఆత్మ యొక్క లబ్ధి " , " ఆత్మ యొక్క ప్రాప్తి ".

మాట శుద్ధి ఉండాలిరో, అన్నలారా, ఆత్మ సిద్ధి కలగాలిరో...

ధ్యానం

ధ్యానం అంటే

ధ్యానం అంటే ప్రార్థన కాదు...ధ్యానం అంటే స్తోత్రం కాదు
ధ్యానం అంటే నామస్మరణ కాదు...ధ్యానం అంటే మంత్రజపం కాదు
ధ్యానం అంటే ఏ దేవతా రూప ఆవాహన కాదు
ధ్యానం అంటే శ్వాస మీద ధ్యాస

ధ్యానం వల్ల లాభాలు

ధ్యాన సాధన ద్వారానే రోగాలన్నీ పోతాయి...ధ్యాన సాధన ద్వారానే జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుతుంది
ధ్యాన సాధన ద్వారానే ఏకాగ్రతాశక్తి తీవ్రతరమవుతుంది
ధ్యాన సాధన ద్వారానే మనఃశాంతి లభిస్తుంది...ధ్యాన సాధన ద్వారా ఆత్మస్థైర్యం కలుగుతుంది

ముక్తి

ధ్యాన సాధన ద్వారానే దివ్యచక్షువు ఉత్తేజితమవుతుంది
ధ్యాన సాధన ద్వారా మనమే గురువులుగా మారుతాం
ధ్యాన సాధన ద్వారా మనమే దైవస్వరూపాలమని తెలుసుకుంటాం

సత్యం

మన జన్మలను మనమే ఎన్నుకుని వచ్చాం
ఎవరిని వారే ఉద్ధరించుకోవాలి ...ఒకరు ఇంకొకరిని ఎప్పుడూ ఉద్ధరించలేరు
సృష్టిలో కోటానుకోట్ల లోకాలున్నాయి

చావు

చనిపోవడం అంటే భౌతిక శరీరాన్ని వదలడమే
చనిపోవడం అంటే మన చుట్టూ వున్న ప్రపంచాన్ని మార్చడమేచనిపోవడం అంటే మరో నూతన ప్రపంచాన్ని చేరడమే

కర్మ సిద్ధాంతం

స్వంత కర్మఫలాలను అనుభవించే తీరాలి..మన చెడ్డే మనకు చెడును కలుగచేస్తుంది
మన మంచే మనకు మంచిని కలుగచేస్తుంది

జ్ఞానం

అందరి దగ్గరనుంచీ అన్నీ ఎప్పుడూ నేర్చుకుంటూ వుండాలి
సమయాన్ని క్షణమైనా వృధా ఎప్పుడూ చెయ్యరాదు
ప్రాణశక్తిని అణుమాత్రమైనా వృధా ఎప్పుడూ చెయ్యరాదు
ఈ వర్తమాన జన్మనే భూమండలంలోని ఆఖరి జన్మగా మలచుకోవాలి

"ధ్యానం"

"ధీ" + "యానం" = "ధ్యానం"

"ధీ" = "సూక్ష్మశరీరాది సముదాయం" అంటే, "ఆస్ట్రల్ బాడీ కాంప్లెక్స్" అన్నమాట

"యానం" = "ప్రయాణం" కనుక,

"ధ్యానం" అంటే, "సూక్ష్మశరీరాది సముదాయంతో చేసే ప్రయాణం" అన్నమాట;

దీనినే "ఆస్ట్రల్ ట్రావెల్" అంటాం.

ధ్యానం ద్వారానే సర్వలోకాలూ తిరగగలుగుతాం

ధ్యానం ద్వారానే సర్వలోకవాసులనూ కలుసుకోగలుగుతాం

ధ్యానం ద్వారానే సర్వలోక రహస్యాలనూ తెలుసుకోగలుగుతాం

ధ్యానం ద్వారానే సర్వలోక ఆనందాలూ పొందగలుగుతాం.

" ధ్యానం అన్నది ఒకానొక ఇంగితజ్ఞాన శాస్త్రం "

విద్యార్థి జీవనానికి కావలసినవి " ఏకాగ్రత " .. " పట్టుదల " .. " జ్ఞాపకశక్తి " .. " ఏకసంధాగ్రాహ్యత " .. " చురుకుదనం " .. " ఉత్సాహం " .. " శక్తి " !

ఇవన్నీ కూడా పిల్లలు పుట్టుకతోనే సహజంగా కలిగి వుంటారు కనుక ప్రతిరోజూ వాళ్ళతో నిర్ణీత సమయంలో ధ్యానం చేయిస్తూంటే వారు తమలోనే నిక్షిప్తం అయివున్న ఈ అద్భుతలక్షణాలను ఎరుకలోకి తెచ్చుకోగలుగుతారు.

సాధారణంగా మనం విద్యార్థులను " ఏమిటి మీ కోరిక? " అని అడిగినప్పుడు, " నేను బాగా చదవాలి ; నాకు నూటికి నూరు మార్కులు రావాలి " అంటారు.

కొంతమంది మాత్రం " క్లాసులో నేనే ఫస్టు రావాలి " అంటారు. " క్లాసులో నేనే ఫస్టు రావాలి " అనుకోవటం సరైన పద్ధతి కానేకాదు .. " నాకు నూటికి నూరు మార్కులు రావాలి " అని కోరుకోవాలి.

క్లాసులో నూరు మంది ఉంటే నూరు మందికి నూరు రావాలి కానీ ఏ ఒక్కడికో నూటికి నూరు మార్కులు వచ్చి మిగతా వారికి పది వస్తే మనకేం ఆనందం ? మనతో పాటు అందరికీ నూటికి నూరు వచ్చినప్పుడే మనకు ఆనందం !

చాలమంది మూర్ఖపు తల్లిదండ్రులు " క్లాస్‌లో నువ్వే ఫస్ట్ రావాలి .. నువ్వే ఇంజనీయర్ కావాలి .. నువ్వే డాక్టర్ కావాలి .. నువ్వే కలెక్టర్ కావాలి .. నీకే అన్ని పేరు ప్రఖ్యాతులు రావాలి " .. అంటూ చిన్నప్పటి నుంచీ పిల్లలకు నూరిపోస్తూ వుంటారు !

ఆ పిల్లలు కూడా పాపం అవే వింటూ .. చిలుక పలుకుల్లా అలాంటి మాటలే నిత్యం పలుకుతూ ఉంటారు ! ఫలితంగా వారు తమ తమ జీవితాలలో అంతులేని అవమానాలకూ, అపజయాలకూ గురవుతూ ఉంటారు ! కాబట్టి " నేను అందరి కన్నా ముందుండాలి " అన్న భావన కంటే. " అందరూ పక్వంగా ఉండాలి .. అందులో నేను కూడా పక్వంగా ఉండాలి ! " అన్నసరైన భావనతో పిల్లలు పెంచబడాలి.

గెలుపు, ఓటమి అన్నవి విద్యార్థులకూ, విద్యార్థులు కాని వారికీ ప్రకృతి సహజం ! వాటివల్ల అహంకారం, దర్పం, నిరాశా నిస్పృహలకు లోను కాకుండా సమంగా వుండడమే " వ్యక్తిగత గెలుపు ! " ఈ ఆత్మజ్ఞానం పిల్లలకు అలవడాలంటే వారికి ధ్యానవిద్యలో ప్రవేశం ఉండాలి.

" ధ్యానవిద్య " అన్నది ఏ ఒక్క మతానికో ప్రత్యేకంగా సంబంధించినది కాదు. అది ఒక శాస్త్రం ! ధ్యానం ద్వారా మనస్సును శాంతంగా వుంచుకోవడం అన్నది ఒక మౌలిక ఇంగిత జ్ఞానసూత్రం ..Basic Commonsense !

నిర్ణీత సమయాల్లో నిర్దేశింపబడిన నిరంతర ధ్యానాభ్యాసం ద్వారా విద్యార్థులలో ఒక వేళ ఏవైనా చెడు అలవాట్లు వుంటే ... ముఖ్యంగా అతిగా మాట్లాడటం, అతిగా తినటం, పనికిరానివి వినటం .. ఇలాంటివి ఏమన్నా వుంటే .. అవన్నీ కూడా అత్యంత సహజంగానే అదృశ్యమయిపోతాయి!

మనచేతికి ఐదు వ్రేళ్ళు వున్నాయి.

చిటికెన వ్రేలు ..Little finger

ఉంగరపు వ్రేలు .. Ring finger

మధ్య వ్రేలు ..Middle finger

చూపుడు వ్రేలు .. Index finger

బొటనవ్రేలు .. Thumb finger

ఈ అయిదు వ్రేళ్ళపరంగా విద్యార్థులు ఏం చేస్తే వాళ్ళ జీవితాలు అద్భుతంగా విలసిల్లుతాయో తెలుసుకుందాం.

మొదటి వ్రేలు .. చిటికెన వ్రేలు : ఇది " ఆటల " కు సంబంధించింది. విద్యార్థి జీవితంలో ఆటలు చాలా ముఖ్యం. వారి భౌతికశరీర ఎదుగుదలకూ మరి వారి మానసికోల్లాసానికీ ఆటలు తప్పనిసరి కనుక .. విద్యార్థులందరూ రకరకాల ఆటలు ఆడాలి.

రెండవవ్రేలు .. ఉంగరపు వ్రేలు : ఇది " పాటల " కూ, " కళల " కూ సంబంధించింది. పిల్లలు పాటలు చక్కగా గొంతెత్తి పాడాలి. భజనలూ, ప్రార్థనలూ, బృందగీతాలు, ఇవన్నీ పిల్లలకు నేర్పిస్తూంటే వాళ్ళల్లో చక్కటి సామాజికస్పృహ ఏర్పడుతుంది. రకరకాల కళల్లో వాళ్ళు నిష్ణాతులు కావాలి.

మూడవవ్రేలు .. మధ్యవ్రేలు : ఇది " చదువు " కు సంకేతం. అంతేగాని మొట్టమొదటి వ్రేలు చదువు, రెండవ వ్రేలు చదువు, మూడవ వ్రేలుచదువు, నాల్గవ వ్రేలు చదువు, ఐదవ వ్రేలు చదువు కాదు ! అన్ని వ్రేళ్ళూ చదువులయితే ఆ పిల్లలు, ఆ విద్యార్థులు సర్వనాశనం అవుతారు ! Too Much is Too Bad ! కనుక " పిల్లలు చదువుకునే మరయంత్రాలు కారు. చదువు అనేది పూర్ణ విద్యార్థి జీవనంలో ఒకానొక చక్కటి ప్రధానభాగం మాత్రమే " అనీ పెద్దలు తెలుసుకోవాలి.

బాగా చదువుకుంటూ పెద్దగా అవుతున్న కొద్దీ చదువులో ప్రత్యేకతను సంపాదించాలి .. చదువులో చురుకుదనం ఉండాలి మరి మేధస్సు బాగా ఉపయోగింపబడాలి !

నాలుగోవ్రేలు .. ఉంగరపు వ్రేలు : ఇది " పనులు " అన్నదానికి సంకేతం! ప్రతి విద్యార్థినీ, విద్యార్థి కూడానూ ఎన్నో పనులు చేసుకోవాలి. వాళ్ళ ఇంటి పనులు వాళ్ళు చూసుకోవాలి .. వాళ్ళ తల్లిదండ్రులను వాళ్ళు సేవించాలి. ఇంటి పనులు చేయగలిగినన్ని చేసి స్కూలుకూ, కాలేజీలకూ రావాలి. కనుక ఈ నాల్గవ వ్రేలు " పనులు " అన్నదానికి సూచన.

ఐదవ వ్రేలు .. బొటన వ్రేలు : ఇది " ధ్యానం " అన్నదానికి సంకేతం ! ప్రతి రోజూ ఆటలు, పాటలు, చదువులు, పనులు ఉన్నట్లు ప్రతిరోజూ ధ్యానం ఉండాలి! ధ్యానం లేకపోతే ముఖ్యంగా విద్యార్థులకు ఏ రోజు కూడా పూర్తి కాజాలదు.

ఈ ఐదు వ్రేళ్ళల్లో చూసుకుంటే అన్నిటికన్నా ముఖ్యమైంది బొటనవ్రేలు కనుక విద్యార్థి జీవితంలో అన్నింటికన్నా ముఖ్యమైనది ధ్యానం ! " ధ్యానం " అన్నది ఎంత బాగా ఉంటే మన ఆటలు అంత బాగుంటాయి ; ధ్యానం అన్నది ఎంత బాగుంటే మన పాటలు అంత బాగుంటాయి ; ధ్యానం అనది ఎంత బాగుంటే మన చదువులు అంత బాగుంటాయి !

ధ్యాన గోవిందం

గో అంటే ఇంద్రియాలు...గోపాలుడంటే ఇంద్రియాలను తన ఆధీనంలో ఉంచుకున్నవాడు
ఇంద్రియాలు ఆరు...బహిర్ముఖంగా అయిదు...
అంతర్ముఖం అయిన మనస్సు - వెరసి ఆరు
ఆరు ఇంద్రియాలనూ ఆధీనంలో వుంచుకున్నవాడు **గోపాలుడు**
ఆత్మానుభవం ఉన్నవాడే గోపాలుడు కాగలడు.
అప్పుడే ఇంద్రియాలన్నీ వశమై సుఖాన్నిచ్చేవి.. శాంతినిచ్చేవి. అంతవరకు అపరిమిత ధోరణి లో వున్న ఇంద్రియాలు ఆత్మానుభవం తరువాత, ఆత్మ దీప్తి తరువాత, పరిమిత మై భాసిస్తాయి.
ఇంద్రియ పరిమితత్త్వంలోనే పరమసుఖం, పరమశాంతి అన్నవి సంభవం.
"యోగః చిత్త వృత్తి నిరోధః" అన్నారు పతంజలి
అంటే, చిత్త వృత్తులు నిరోధించడమే యోగమవుతుంది అని చిత్త వృత్తి నిరోధానికి ఏకైక మార్గం సుఖమయ ప్రాణాయామం.

అథవా ఆనాపానసతి- అథవా శ్వాస మీద ధ్యాస - అథవా - పవనపుత్రులమవ్వడం - లేక మారుతీ పుత్రులవ్వడం- అంటే మన ప్రాణాధార తో మనం ఏకం కావడం.

గో అంటే ఇంద్రియాలు; గోవిందం అంటే ఇంద్రియాలకూ, మరి ప్రకృతికీ అన్నింటికీ మూలమైన ఆత్మ పదార్థం.
గోవిందా..గోవిందా.. అని కేకలేస్తూంటారు; అంటే అత్మ ఆత్మ
అని గుర్తుతెచ్చుకోవడమే అన్నమాట. తిరుపతి వేంకటేశ్వరుణ్ణి గోవిందుడు అంటారు.
వెంకటేశ్వరుడు చేసింది ధ్యానం. అయిన మనందరి నుంచి కోరేది ధ్యానం;
ధ్యానులకు తప్ప వేంకటేశ్వరస్వామి ఇతరులను ఇక సహించబోడు- తిరుపతిలో గానీ..
మరి యావత్ ప్రపంచంలో గానీ..
తలలు కాదు బోడులు - తలపులు కావాలి బోడులు; సమర్పించవలసింది
తలనీలాలు.. కాదు; మనలోని తమో; రజో దోషాలు; శ్రీ వేంకటేశ్వరుడు సూచించిన మార్గాన్నీ, జారీ చేసిన ఆజ్ఞలను, సదా అందరూ పాటించాలి.

ధ్యానధార ... ఆకాశ గంగాధార

ధ్యానం...అంటే శ్వాస మీద ధ్యాస.
ధ్యానం ... అంటే ... శ్వాస ధార మీద ధ్యాస ధార.
శ్వాస మీద ధ్యాస ద్వారా చిత్తవృత్తి నిరోధం.
చిత్తవృత్తి నిరోధం అంటే ఒక అఖండ శూన్యధార.
జీవితం అంతా ఒక '**ధ్యానధార**'కావాలి.
ధ్యాన ధార ద్వారా ఒకానొక '**ప్రాణశక్తిధార**'ను సంపాదిస్తాం.
ధ్యాన ధార ద్వారానే విశ్వమయ ప్రాణశక్తి ధార లభ్యం.
విశ్వమయ ప్రాణశక్తి ధార అంటే ... '**ఆకాశగంగాధార**'.
'ఆకాశ గంగా ధార' ద్వారా ప్రతి మనిషి ఒక '**గంగాధరుడు**'అవుతాడు.
'గంగాధరుడు' అయినవాడు అనతికాలంలో'**త్రినేత్రుడు**'అవుతాడు.
ప్రతి త్రినేత్రుడూ ఒకానొక పరమశివుడే.
'**శివం**' అంటే 'ఆనందం'.
'త్రినేత్రం' ద్వారా '**పరమశివం**'... అంటే '**పరమఆనందం**'.
ప్రతి సగటు మానవుడు ఒకానొక పరమశివుడుగా తప్పనిసరిగా కావలె.
శ్వాస మీద ధ్యాస
శ్వాస ధార మీద ధ్యాస ధార
శ్వాస ధార మీద ధ్యాస ధార ... అదే ధ్యాన ధార
ధ్యాన ధార ద్వారా ప్రాణశక్తి ధార
శక్తి ధార ద్వారా ఆనంద ధార

ధ్యాన వేమన - బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ

అడవి గాచిన వెన్నెల వేమన 'తెనుగు అడవి' న గాచిన ఆత్మ వెన్నెల
వేమన గురించి తెలియందెవ్వరికి? వేమన గురించి తెలిసిందెవ్వరికి?
"యోగివేమన" అని కీర్తిస్తున్నాం ..కానీ, మనం స్వయంగా 'యోగి'గా ఉత్సుకించం
వేమన సూక్తులను స్కూళ్ళల్లో పాఠ్యాంశాలుగా చేస్తాం.
కానీ, ఆయన చూపిన వెలుగులో మాత్రం మనం జీవించం
అయితే, "పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్" ధ్యానులకు వేమన ఆదర్శమూర్తి
పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మాస్టర్లకు..వేమన స్వంత గూటి పక్షి
ఆస్తిక మూర్ఖులైన మూర్తి పూజా దురంధరులకు వేమన సింహస్వప్నం, గొంతులో పచ్చి వెలక్కాయ... మత ఛాందసులకూ, సాంఘిక దురాచారులకూ ఆయన ఓ కొరడాదెబ్బ
మెట్టవేదాంత 'పండిత' శిఖామణులకు అతను ఓ కొరకరాని కొయ్య
ప్రతి పిరమిడ్ ధ్యానీ ఓ 'వేమన'అవ్వాలి.
అదే విధంగా నిర్భయంగా నిస్సంకోచంగా సత్యాన్ని కుండబ్రద్దలు కొట్టినట్లు చాటిచెప్పాలి
ఎవ్వరివద్దా వంగనవసరం లేదు, ఎవ్వరినీ లెక్కపెట్టనవసరం లేదు
మూర్ఖులను మూర్ఖులుగా అభివర్ణించాల్సిందే, మూర్ఖులను తిరస్కరించి తక్షణం చెత్తబుట్టలో పడేయాల్సిందే...అసత్యాన్ని తరమాల్సిందే...
ఇకనైనా మేల్కొందాం,ఇకనైనా తప్పులను సరిదిద్దుకుందాం.
ఇంతవరకూ అడవిగాచిన ఈ 'వేమవెన్నల' ను
ఇప్పుడైనా అన్ని గ్రామాలకూ తీసుకువెళ్దాం,అన్ని నగరాలలో ప్రచారం చేద్దాం
"కురు సద్బుద్ధిం మనసే వితృష్ణాం" అన్నాడు కదా శంకరాచార్యులు అంటే, "సద్బుద్ధితో మనస్సును తృష్ణా రహితంగా చేసుకో" అని సలహా.అదే పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ వారి బోధ కూడా.

మనస్సులోని మర్మం

"మనసులోన నున్న మర్మమంత ఎఱిఁగి
స్థిరము చేసి యాత్మ తేటపఱచి
ఘటము నిల్పవలయు, ఘనతలింకేటికి?
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా: "మర్మాలు తెలుసుకుని మనస్సునూ, బుద్ధినీ, స్థిరపరచి ఆత్మను తెలుసుకున్నవానికి ఇతర గౌరవాలక్కర లేదు, ఇక మిగిలివుంది కేవలం శరీరాన్ని నిల్పే ప్రయాసే "

వ్యాఖ్య:స్వామి చిన్మయానంద నిరంతరం శ్రమించి బోధ చేసినట్లు, ఉన్నవి నాలుగు -
(1)శరీరం (2)మనస్సు (3)బుద్ధి (4)ఆత్మ

"మనస్సులో ఉన్న మర్మము అంతా"అంటే "బుద్ధి", "ఆత్మ"అన్నమాట
ఆ "బుద్ధి" సంగతి కూలంకషంగా ఎరిగి దానిని "స్థిరం" చేయమని వేమన వారి ఒక్కగానొక్క సూచన
తద్వారా "ఆత్మను తేటపరచి", అంటే "ఆత్మ జ్ఞానం సంపాదించుకోవాలి" అన్నమాట
"బహూనాం జన్మనామంతే జ్ఞానవాన్ మాం ప్రపద్యతే" అంది గీత, అంటే, "బుద్ధి ఉన్న జ్ఞానవంతుడికే 'మాం' అంటే 'ఆత్మ'గురుంచి తెలిసేది" అని.
"ఘటము" అంటే బౌతిక శరీరం. "ఘటము నిల్పవలయు" అంటే, "కర్మలు కేవలం స్థూల శరీర క్రియలు నిల్పటం కోసమే" స్థూల శరీరక్రియలు జీవనం జరుపుకోవాలి.
అంతేకానీ "ఘనతలు" లేనిపోని "పదివీ వ్యామోహాలు" దేనికి?
లేనిపోని "పెద్దరికాల" జోలి ఎందుకు?

ముఖ్య గుణం

"మూడు గుణములందు ముఖ్య గుణంబును
తెలియలేనివాడు వెలయునెట్లు?
భ్రమల బడినవాడు బలువెఱ్ఱి యగు ధర -
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా: సత్త్వరజస్తమో గుణాలలో ముఖ్యమైన సత్త్వాన్ని యెరిగినవాడే ఉత్తముడు; అలా కాకుండా భ్రాంతికి లొంగినవాడు పెద్ద మూర్ఖుడు.

వ్యాఖ్య: ఈ భూప్రపంచంలోని మనుష్యులందరూ మూడు గుణాలలో ఏదో ఒక గుణానికి చెందినవారే. మొదటి రకం వారు- తమోగుణ ప్రధానులు. తరువాతి వారు రజోగుణ ప్రధానులు. మూడవ రకం వారు సాత్త్విక గుణ ప్రధానులు. ఇంకా ఎదిగినవారిని శుద్ధసాత్వికులుగా ప్రధానులుగా నిర్గుణులుగా పేర్కొనవచ్చు.

శరీరకామాలతో నిత్యం వర్తించేదే తమోగుణం. మనోవాంఛల ప్రకారం వెర్రెత్తిపోయేదే రజోగుణం. వివేక విచక్షణలతో, ఆత్మ జ్ఞానంతో వెలిగిపోయేదే సత్త్వగుణం.

ఈ "మూడుగుణాలలో సత్త్వమే ముఖ్యమైనది; దానినే పెంపొందించుకోవాలి", అని తెలియనివాడు, తెలుసుకోడానికి ఇష్టపడనివాడు జీవితంలో ఏ విధంగా అభివృద్ధి చెందగలడు? సత్త్వగుణం శూన్యమై, తమో, రజో గుణాలలో కొట్టుకు పోయేవాడూ నిశ్చయంగా భ్రమలలో పడినవాడే. క్రమ క్రమంగా అతడు పలు వెర్రి అయి తీరుతాడు.

తమో, రజో గుణాలే జీవుని అధమ స్థితులు. జీవుని అల్పత్వానికి సూచికలు. జీవుడిని సుదూరం చూడనీయవు. అనేకానేక భ్రమలలో పడవేస్తాయి. కనుక ఈ రెంటినుంచి మనల్ని మనం రక్షించుకోవాలి.

మహనీయమూర్తి

"యాత్రపోయినాతడెన్నాళ్ళు తిరిగిన
భద్రమైన ముక్తి పదవి గనడు!
మనసు నిల్పునతడు మహనీయమూర్తి రా
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా: "స్థిరమైన మనస్సు లేక ఎన్నాళ్ళు తీర్థయాత్రలకు తిరిగినా ప్రయోజనం లేదు; స్థిరచిత్తం కలవాడే ఉత్తమోత్తముడు."

వ్యాఖ్య:అసలు తీర్థయాత్రల ప్రయోజనం వేరు వేరు ప్రదేశాలకు వెళ్ళి అక్కడ ఉండే ఆత్మజ్ఞానుల, యోగుల సందర్శనం చేసుకుని వారి ద్వారా సత్యాసత్యాల గురించీ, సరైన జీవన విధానం గురించీ, మోక్షమార్గం గురించీ క్షుణ్ణంగా తెలుసుకోవడం అయితే కాలక్రమేణా ఈ పద్ధతి మరుగుపడి కేవలం రాతిమూర్తుల దర్శనంగా మారాయి- నేటి కలికాలపు "తీర్థయాత్రలు".

"మనస్సు నిల్పునతడు" అంటే "ఎవడైతే తమ మనస్సును చిత్తాన్ని చక్కగా నియంత్రం చేయగలడో", "ఎవడైతే ఆలోచనలను శూన్యం చేసుకుని ఎప్పుడంటే అప్పుడు నిరామయ స్థితిలో వుండగలడో, అతడు" అన్నమాట. నిజమైన ముక్తిమార్గం మనస్సు నిల్పడమే. శంకరాచార్యులవారు "నిశ్చలచిత్తం జీవన్ముక్తిః" అని అన్నారు గదా.

"ఎన్నాళ్ళు తిరిగినా భద్ర ముక్తిపదవి గనడు" అన్నాడు వేమన అంటే, "ఈ తిరుగుడు అంతా ఒట్టి బూడిదలో పోసిన పన్నీరే" అని. తనను తాను అర్థం చేసుకున్నవాడే మహిలో మహనీయ మూర్తి. తనను తాను అర్థం చేసుకోవడం అనేది తన మనస్సును తాను నిల్పినప్పుడే సాధ్యం.

యోగి

"సకల జీవములందు సమముగా నుండెడి
యతని క్రమము దెలియు నతడే యోగి;
అతడు నీవె యనుట నన్యుడు కాడయా-
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా:సర్వప్రాణులనూ సమానంగా చూసే పద్ధతి ననుసరించేవాడే 'యోగి'- 'అతడే ఇతడు'. అందరూ ఒక్కటే, అందరూ సమమే, వేరు వేరుగా ఎవ్వరూ లేరు"

వ్యాఖ్య: "విద్యా వినయ సంపన్నే బ్రాహ్మణే గవి హస్తిని శుని చైవ శ్వపాకే చ పండితా సమదర్శినః" అని గీతలో వుంది.
అంటే, "పండితుడైనవాడు విద్యావినయాలుండి సద్గుణరాశి అయిన బ్రాహ్మణుడితోగానీ, ఆవు,ఏనుగులాంటి సత్త్వగుణ ప్రధానులను గానీ, కుక్కలాంటి మధ్యమ జాతి వారితో కానీ, కుక్కమాంసం తినే చండాలురతో గానీ, అందరితోనూ సమంగానే ప్రవర్తిస్తాడు: అందరినీ సమంగానే చూస్తాడు"అని.
సకల జీవకోటినీ సమదృష్టితో వీక్షించేవాడే యోగి. ఏ ప్రాణీ మరో ప్రాణికన్నా ఉత్కృష్టం కాదు. అలాగే, ఏదీ నీచజన్మ కూడా కాదు. ఏ ప్రాణికి వున్న ప్రత్యేకత, అర్థం, అందం దానికి వున్నాయి.
అలాగే, అందరు మానవులూ ఒక్కటే
"సర్వంఖల్విదం బ్రహ్మ", "అహం బ్రహ్మాస్మి' "తత్త్వమసి"...
...అనే మహా వాక్యాలకు వేమన ఇచ్చిన భాష్యమే "అతడే నేను", "నాకంటే అన్యుడు లేడు" అన్నవి. ఈలాంటి సత్యాల స్వానుభవం ఉన్నవాడే "యోగి".

సాధు సాంగత్యం

"సాధు సాంగత్యమమరిన శాంతమమరు;
శాంతమమరిన జిత్తంబు శక్యపడును:
శక్యపడిన మనంబె యొసంగు బరము-
పరము గాంచిన శివుడన బరగు వేమ!"

తా: "మంచి వారి స్నేహమున శాంతం, దాని వల్ల మనో నిశ్చలత కలుగుతుంది; మనో నిశ్చలత వలన పరలోక సాన్నిధ్యం కలుగుతుంది; పరం అనుభవిస్తూనే మానవుడు 'శివుడు'అవుతాడు."

వ్యాఖ్య:సత్యస్థితులైనవారే సాధువులు; వారు మాస్టర్లు; ఆత్మజ్ఞాన విశారదులు: వారు సత్త్వగుణ సంపన్నులు., భూలోకాన్ని బాగుపరచవచ్చిన సత్యలోకవాసులు. అలాంటి వారి సాన్నిహిత్యం లభిస్తే, అధ్దానిని వెంటబడి సమకూర్చుకుంటే, మన మనస్సు వెంటనే స్వాంతన చెందుతుంది. ప్రశాంతమవుతుంది.

ఒకసారి శాంతమయితే ఇక ఆ మనస్సును, ఆ చిత్తాన్ని పూర్తిగా మన శక్యం చేసుకోవచ్చు, అంటే తీర్చిదిద్దుకోవచ్చు; అంటే పూర్తిగా స్వాధీనపరచుకోవచ్చు. వశపరచుకోవచ్చు. ఆ విధంగా స్వాధీనపడిన చిత్తం వెంటనే "పరసాధనం" గా, మోక్ష కారణం"గా మారుతుంది.

అందుకే, శంకరాచార్యుల వారు "త్రిజగతి సజ్జన సంగతిరేకా భవతి భవార్ణవ తరణే నౌకా" అన్నారు. అంటే "మూడు లోకాలలోనూ- అంటే భూ, భువర్, సువర్ అనే మూడు లోకాలలోనూ- కూడా సజ్జన సాంగత్యం అన్నదే దుఃఖసాగరాన్ని ఈదడానికి ఉపయోగపడే ఏకైక ఉపకరణం" అని. కనుకనే, "సజ్జనసాంగత్యం" అన్నది.ఆధ్యాత్మిక విద్యా సముపార్జనా విధానాలైన ధ్యాన, స్వాధ్యాయాలతో సరియైన స్థానం సంతరించుకుంది.

అంతరంగం

"అంతరంగమందు ననువుగా శోధించి,
తలప దలప ముక్తి తనకు గలుగు;
బాహ్యరంగమందు భాషింప దెలియునా?
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా: "అంతరంగంలో మనస్సును నిల్పి నిరంతరం సాధన కొనసాగిస్తూ వుంటే ముక్తి కలుగుతుంది; బయటి మాటల వలన ప్రయోజనం ఏముంది?"

వ్యాఖ్య: "ముక్తి" అనేది బాహ్య వస్తువు కాదు, అది పూర్తి అంతరంగంలో క్రమక్రమంగా దృగ్గోచరం అయ్యే వస్తువు.
అంతరంగంలో "అనువు" గా అంటే "తెలివి" తో, శోధిస్తేనే అది లభ్యం (ఏమిటా "అనువు?" అదే ఆనాపానసతి, "శ్వాస మీద ధ్యాస") ఆ విధంగా "తలప,తలప" అంటే "సాధన చేయగా చేయగా", "ముక్తి తనకు గలుగు" అంటే "ఎవరికి వారికేముక్తి"గలుగుతుంది" అని. "ముక్తి" అంటే ఆత్మానుభవంతో కూడిన బుద్ధివికాసం; "ముక్తి" అంటే పూర్ణ దుఃఖరాహిత్య స్థితి.ఇక అన్నింటినీ ఆనందించే స్థితి. అన్నింటి ద్వారా పురోగతిని అనుభవించే స్థితి. అంతా తనలోనే చూసుకునే స్థితి. అంతటిలో తననే చూసుకునే స్థితి. సృష్టి రహస్యాలన్ని ఆకళింపు చేసుకున్న స్థితి. ఇది ఒక్క రోజులో దొరికే నిర్దిష్టమైన వస్తువు కాదు. ఆమరణపర్యంతం అంతరంగ సాధనతో వికసించే సుగంధ పుష్పం.

"సాధన" అనేది ఈ విధంగా వుండగా బాహ్యంలో ఊరికే శుష్కవేదాంత భాష్యాలు భాషిస్తే ఏం లాభం? వాక్-జ్ఞానం వల్ల లోపల సమాధి స్థితి లభ్యమవుతుందా? "పారాయణా పరంపరల వల్ల ఆత్మజ్ఞానం సిద్ధించదు" అన్నమాట

అంధుని రీతి

"అది యొకటి తెలిసి యాదిని మదినిల్పి-
అది పాయువాడు నభవుడగును;
అది పాయకున్న అంధుని రీతిరా-
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా: "మోక్షమునకు మూలమైన బ్రహ్మ స్వరూపము తెలుసుకుని, మనస్సును నిల్పి బ్రహ్మత్వమును పొందవచ్చును; ఆ విధంగా బ్రహ్మత్వాన్ని పొందని మనుజుడు గ్రుడ్డివానితో సమానుడు"

వ్యాఖ్య: "ఆది" అంటే "మూలచైతన్యం". అంటే సకల సృష్టికీ జీవ చైతన్య రాసుల సృష్టికీ మూలం అయినది. ఆ "ఆది" ఒక్కటి తెలిస్తే చాలు, ఆ "ఆది" యే "నేను", ఆ తెలుసుకోవడంలోనే సర్వరోగ నివారణలూ, సర్వభోగ లాలసతలూ, సర్వజ్ఞాన సముపార్జనలూ వున్నాయి

ఆ "ఆది" ని అనుభవపూర్వకంగా స్వంతం చేసుకుని, దానిని పొందినవాడు "అభవుడు". అంటే ఆ "పరమశివు" డే అవుతాడు. "అ+భవ"= "నాశనం లేని వాడు" అని అర్థం. ఆ ఒక్కటి లేకపోతే వాడు అంధునితో సమానం. అంటే, అన్నీ చుట్టూ వుండీ ఏమీ చూడలేని వాడు. ఏవీ ఆనందించలేని వాడు.

పుట్టుగ్రుడ్డివాడు అంగవైకల్యం లేని మనుష్యులకు ఎలాంటి వాడో, అలాంటివాడే మరి ఆత్మజ్ఞానం లేనివాడు యోగులుకు. పుట్టుగ్రుడ్డివాడు ఈ లోకపు అందచందాలను ప్రత్యక్షంగా చూసి ఆనందించే, అనుభవించే, యోగ్యత లేనివాడు.
అదే విధంగా, ఆత్మజ్ఞానం లేని అంధుడు కోటానుకోట్ల లోకాలతో నిండి వున్న బ్రహ్మాండాన్నంతా ప్రత్యక్షంగా చూసి ఆనందించే, అనుభవించే యోగ్యత లేనివాడు.

ఒకడు చర్మచక్షువులు లేని అంధుడు - ఇంకొకడు దివ్యచక్షువు వున్నా వుత్తేజపరచని అంధుడు.

అతి, మోహం

"ఆలు బిడ్డలనుచు నతి మోహమున నున్న,
ధనము మీద వాంఛ తగిలి యున్న,
నట్టి నరుల కెల్ల నవని ముక్తియే లేదు–
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా:భార్య (భర్త) పైనా, బిడ్డలపైనా వ్యామోహం, మరి ధనంపై ఆశ ఉన్నవారందరికీ మోక్షం లభించనే లభించదు.

వ్యాఖ్య: "ఆలుబిడ్డలు" లేదా "భర్త బిడ్డలు" వుండి తీరాలి. అయితే "అతి మోహం" అన్నది మటుకు పనికి రాదు.

"అతి సర్వత్ర వర్జయేత్" గదా, "అతి" అనేదే "మోహం" జీవితంలో ఏ ఒక్కదానిపై ఎక్కువ శ్రద్ధ,ఎక్కువ మక్కువ చూపించినా మిగాతావన్నీ చూసుకోవడానికి సమయమూ, శక్తీ ఎక్కడ వుంటాయి? ఒకటి ఎక్కువ అయితే మిగతావి తగ్గి తీరుతాయి.

ధనం మీద 'తీవ్రవాంఛ'వుండరాదు. "అర్థం అనర్థం భావయ నిత్యం" అన్నారు కదా శంకరాచార్య. అలాగే "మూఢ!జహీహి ధనాగమ తృష్ణా; కురు సద్బుద్ధిం మనసి వితృష్ణాం" అని కూడా అన్నారు కదా. అంటే, "ధనం అనేది ఎప్పుడూ అనర్థానికే దారి తీస్తుంది; కనుక, ధనం ఎప్పుడూ 'రావాలీ','రావాలీ', అనే తృష్ణను వదిలివేసేయి; చక్కటి సద్బుద్ధితో మనస్సును తృష్ణలేకుండా చేసుకో" అని.

ధనేషణ, దారేషణ, పుత్రేషణ అన్నవే ఈషణ త్రయాలు. ఈషణత్రయాలు, తాపత్రయాలు, వాసనాత్రయాలు అనే త్రయీ త్రయాలే ముక్త పురుషులకూ, బద్ధ పురుషులకూ వున్న తేడా.

సంసారం వుండి తీరాలి. సంసారం అద్భుతమైనది. అయితే నిర్వాణం అంత కన్నా అద్భుతమైనది. ఈ రెంటినీ సమన్వయపరచాలి. అది లభ్యం సంసారంలో 'అతి' తగ్గించుకుంటే.

ఇంద్రియ నిగ్రహం

"ఇచ్చువానికంటె నింద్రియ నిగ్రహుం
డరయ నతనికంటె నధికుడగును;
వాడు వానికంటె వీడను పాపముల్–
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా: "దాత కంటే ఇంద్రియాల్ని జయించినవాడే అధికుడు; దాత కొన్నైనా పాపాలు చేస్తాడేమో కానీ ఇంద్రియ జేతకు మట్టుకు పాపాలు వుండవు."

వ్యాఖ్య:దానాలు చేయడం గొప్పే కానీ, దానికంటే గొప్పదైనది ఇంద్రియ నిగ్రహం... అంటే యోగసాధన. అందుకే శంకరాచార్య అన్నారు...

"కురుతే గంగాసాగర గమనం, వ్రత పరిపాలనం, అథవాదానం-జ్ఞానవిహీనః సర్వమతేన ముక్తిం భజతి న జన్మ శతేన" అని. అంటే, "అటు గంగకి వెళ్ళినా, ఇటు సాగర దర్శనం చేసుకున్నా, మరి ఎన్ని వ్రతాలు చేసినా, ఎన్ని దానాలు చేసినా, అన్ని మతాల్లోనూ ఏం చెప్పబడి వుందంటే, ఆత్మజ్ఞానవిహీనుడికి వంద జన్మలకైనా ముక్తి రాదు" అని. ఆత్మ జ్ఞానం ఎలా వస్తుంది? బహిరేంద్రయాలను నిగ్రహించి ఎప్పటికప్పుడు అంతర్ముఖం చేసుకుని తీరవలసిందే.

దానం చేయడంలో కూడా అపాత్ర దానాలు చేయడం వల్ల ఎన్నో అనర్థాలు సంభవం. పాపాలు సహజం... కానీ, కనుక దాన కర్ణులు, కీర్తికాముకులు మొట్టమొదట యోగసాధనకూ, జితేంద్రియత్వానికే పాటుపడాలి. అదే శ్రేష్ఠం. అదే సరైనది. జితేంద్రియుడు. సర్వపాప విముక్తుడు. అతని వల్ల చేయకూడని పనులు ఎప్పటికీ చేయబడవు.

తనువు నడివి చేసి

"తనువు నడివిజేసి తనలోనే గూర్చుండి
తపము జేయలేని తాపసులెల్ల,
నడవి యందు జేరి యలజడి పడెదరు-
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా: "తనువు", "దేహం" అనే 'అడవి ' లో వుండి ధ్యానం చేయలేని తాపసులు అడవులకు పోయి శ్రమపడుతూంటారు తప్ప మరేమీ సాధించలేరు".

వ్యాఖ్య:యోగ సాధనకు ఏ కోనకూ పోనక్కరలేదు. ఏ హిమాలయాలూ అవసరం లేదు. మన ఇల్లే అశ్రమం కావాలి. మన శరీరాన్నే అడవి చేసి అందులోనే స్థిరంగా కూర్చోవాలి.

"దేహో దేవాలయో ప్రోక్తః జీవోద్దేవో సనాతనః" అన్నారు కదా శంకరాచార్యులు. మనం ఈ దేహంలోనే "దేహి" అయి వున్నాం. కనుక మనల్ని మనం తెలుసుకోవడమే చెయ్యవలసినది. "తపము" అంటే "సాధన". ఏ సాధన? "ఆనాపానసతి", ఈ సాధన చేయడానికి అడవుల అవసరం ఏముంది? ఈ విషయం తెలియకుండా అడవుల కేగితే అలజడి తప్ప ఏం మిగిలుతుంది? "తపస్సు చేయాలి" అంటే అందరికీ గుర్తొచ్చేవి ముందుగా హిమాలయాలు. తరువాత అడవులు.ఇదీ భారతీయుల ఆధ్యాత్మిక విద్యా పాటవం,ఆధ్యాత్మిక పరిజ్ఞానం,తపస్సు అంటే "ధ్యానం". ఇది "అంతర్ యానం" తప్ప "బహిర్యానం" కాదు.

కనుక ఏం చెయ్యాలి? ఎక్కడ వున్నవారు అక్కడే "గప్‌చుప్" అంటే, "ఎక్కడ వున్నవారు అక్కడే గమ్మున వుండాలి" తనువునే అడవి చేయాలి; తనువునే హిమాలయాలు చేయాలి; ఉన్నచోటే సాధనను మొదలెట్టాలి.

ఇంకెప్పుడు?

"బాల్యమందు శివుని బరికింపగ లేరు;
యౌవనంబునందు నరయలేరు"
ముదిమియందు గూడ మోసమే కందురు-
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా: "చిన్నప్పుడే దేవుని తెలుసుకోలేని వారు యౌవనంలో తెలుసుకోలేరు. ముసలితనంలో అంతకంటే తెలుసు కోజాలరు."

వ్యాఖ్య:శంకరాచార్యులు చెప్పినట్లు "బాలస్తావత్ క్రీడాసక్తః తరుణస్తావత్ తరుణీ సక్తః వృద్ధస్తావత్ చింతాసక్తః పరసే బ్రహ్మణి కోపినసక్తః".

బాల్యమందు మనస్సు, చిత్తం ఇంకా అపరిశుద్ధం కాకపోవడం వలన ధ్యానం బహు తేలిక. "శివత్త్వం" అతి సులభంగా సాధించవచ్చు. "శివ" అంటే "ఆనందం", "మంగళం", కనుక "శివుడు" అంటే "ఆనందమయుడు, మంగళకరుడు అయినవాడు".

ఇకపోతే, యౌవ్వనంలో మానవుడికి ఎంతటి శక్తి, ఉత్సాహం, సామర్థ్యాలున్నా అవన్నీ అశాశ్వతాల వెంట మాత్రమే పరిగెడుతున్నాయి. శాశ్వత వస్తువును పొంద ప్రయత్నించడం లేదు. ఇక ముదిమితనంలో, అంటే ముసలితనంలో, వృద్ధావస్థలో, అనేక అల్పమైన చింతలతో తమను తాము మోసవుచ్చుకుంటూ వుంటారు; ఎంత బ్రతుకు బ్రతికినా, బ్రతకటానికి అసలు కారణమెరగరు.

అజ్ఞానుల పంథా ఒక్కటే తీరులో వున్నట్లయితే, అప్పటికీ ఇప్పటికీ, ఎప్పటికీ, ఆధ్యాత్మిక తీరు కూడా ఒక్కటే,జ్ఞానుల పంథా ఒక్కటే,బుద్ధుల బోధ కూడా ఒక్కటే.

శంకరాచార్యుల కాలంలో కానీ, వేమన కాలంలో కానీ, ఈ కాలంలో కానీ, మనస్సు రీతి ఒకే విధంగా వున్నట్లుంది. అప్పటికీ, ఇప్పటికీ లోకరీతి, అజ్ఞానుల పంథా ఒక్కటే తీరులో వున్నట్లయితే,అప్పటికీ, ఇప్పటికీ,ఎప్పటీకీ, ఆధ్యాత్మిక తీరు కూడా ఒక్కటే,జ్ఞానుల పంథా ఒక్కటే,బుద్ధుల బోధ కూడా ఒక్కటే.

నేను

"నేననగ మేను గానని,
మానసమున నెఱుగకున్న మనుజులకెల్లన్,
స్వానుభవ సిద్ధి దొరకదు,
తానగు పరమాత్మ నెఱుగ దరమా వేమా!"

తా: "నేను అనగా శరీరం కాదు. ఆత్మ. ఈ సంగతి తెలియని నరులుకు స్వానుభవ సిద్ధియే కలుగదు. ఇక తానే పరమాత్మ అనే ఎరుక కలిగివుండడం సంభవమా?"

వ్యాఖ్య: "నేను" అంటే "మేను" కాదు. ఈ సత్యం తెలియనివారు, విననివారు యోగసాధన ఎలా మొదలు పెడ్తారు? యోగ సాధన మొదలు పెట్టకుండా స్వానుభవం ఎలా కలుగుతుంది?
స్వానుభవం ద్వారానే "నేను" అనేది "శరీరం"కాదనీ నిజానికి ఈ "నేను" అన్నది "పరమాత్మే" అనీ క్రమక్రమంగా విదితం చేసుకోవాలి. స్వానుభవసిద్ధి లేనివారికి "నేను", "మేను" యే తప్ప ఇంకేమీ కాదు.

అంటే, ముందుగా కాస్త శాస్త్ర పరిచయం చేసుకోవాలి, ఇది సజ్జనసాంగత్యం ద్వారా కానీ సచ్ఛాస్త్ర అధ్యయనం ద్వారా కానీ జరగవచ్చు. ఆ తరువాతగా ధ్యానయోగ సాధన చేస్తే స్వానుభవం సిద్ధిస్తుంది. అంటే, తాను అయిన సూక్ష్మశరీరం మేను లోంచి విడివడుతుంది. అప్పుడు "నేను ఆ సూక్ష్మ శరీరం" అని సువిదితమవుతుంది. అక్కడి నుంచి మొదలయిన ఆత్మప్రయాణం "నేనే సర్వం" అన్న స్థితి వరకూ పయనిస్తుంది.

"ఆదిలోనే 'హంసపాదు' అయితే పరమపద సోపానం అదిష్ఠించేది ఎప్పుడు?" అని ప్రశ్నిస్తున్నాడు వేమనాచార్యుడు.అంటే, క్రమక్రమంగా "నేను మేను" అనే స్థితి నుంచి "నేను మేనును కాను" అన్న స్థితికి చేరి ఇంకా ముందుకు పోయి, "నేను ఓ పూర్ణాత్మ" అని తెలుసుకుని చిట్టచివరకు "నేనే అంతా" అన్న స్థితికి చేరుకోవాలి.

పూర్ణ పదవి

"నిమిషమైనను మది నిల్పి నిర్మలముగ -
లింగ జీవేశులను గాంచి భంగపడక-
పూజ మది యందు జేరుట పూర్ణ పదవి-
పరము గోరిన నిది చేయ బాగు వేమ!"

తా: "ఎన్ని పనులున్నా, క్షణ కాలమైనా తీరిక చేసుకుని నిర్మలమైన మనస్సుతో 'లింగ', జీవత్మా, 'పరమాత్మ' లనే పదాలను గురుంచి ఎక్కువ తత్తరపడకుండా, నిశ్చలబుద్ధితో మనస్సులోనే నిజమైన 'పూజ' చేస్తే పూర్ణపదవి సిద్ధిస్తుంది;ఈ సాధన చేస్తే 'పరం' లభిస్తుంది."

వ్యాఖ్య: శ్రీ త్యాగరాజస్వామి అన్నట్లు "తలుపులన్నీ నిలిపి నిమిషమైనా" అంటే "ప్రతిరోజూ కొద్దిసేపయినా" మనస్సును నిలపాలి. అది ఈ "ఆనాపానసతి" వల్లనే సాధ్యం.

అంతర్ పదార్థాలనూ గ్రహించలేరు. మానవుల శరీరంలో వుండే ప్రాణశక్తి తీరు అందరికీ ఒక్కటే,ఆకలి తీరూ ఒక్కటే, "పూజా విధానం" కూడా ఒక్కటే.
హిందువులకు ఓ పూజా విధాన తీరు, ఇస్లాం మతస్థులకు మరో పూజా విధాన తీరు, క్రిస్టియన్‌లకు ఇంకొక తీరు అనేది అసంభవం.సర్వ మానవులకూ, సర్వ మతస్థులకూ వున్నది ఒకే పూజా విధాన తీరు నిజానికి అదే అంతర్ యానం - "ధ్యానం".
"పూజను మనస్సులోనే వుంచుకోవడం" అనేదే "పూర్ణ పదవి" పొందడం.
కొండంత ధ్యానం చేయ పనిలేదు...గోరంత చేస్తే చాలు. "మది నిల్పి" అన్నాడు వేమన. అదే పతంజలి చెప్పిన చిత్త వృత్తి నిరోధం. అలాగే దాని ఫలం ఎప్పటికైనా మనం పూర్ణ పదవిని పొందడమే.
భూలోకపు ప్రాపంచిక పదవులు చాలా పనికిరాని పదవులు అవి క్రిందకు జార్చేవే కానీ, పైకి తీసుకు వెళ్ళే పదవులు కావు. పూర్ణాత్మ స్థాయికి చేరడమే " పూర్ణ పదవి".

ఒకే రీతి

"బొంది వేరు కాని, భువి ప్రాణమొక్కటి!
అన్నము లిల వేరు ఆకలొకటి;
పుష్పము లిటు వేరు, పూజలొక్కటి సుమ్ము -
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా:మనుష్యల శరీరాలు అనేకం కానీ ప్రాణం తీరు ఒక్కటే.తినే అన్నపదార్థాలు అనేకం గానీ, అందరి ఆకలీ ఒక్కటే,ఎవరెన్ని పూవులతో పూజించినా 'పూజాభావం' ఒక్కతీరే"

వ్యాఖ్య:మనుష్యుల శరీరాలు వేరు వేరు, అయినా ఆ శరీరాల నిర్మాణతీరు ఒక్కటే.అన్నమయకోశాల రూపురేఖలు వేరు వేరు కానీ, ప్రాణమయకోశాల మర్మం ఒక్కటే
అలాగే "ధ్యాన" పద్ధతి కూడా సర్వమానవులకూ, సర్వ లోకాలలో, సర్వకాలాలలోనూ ఒక్కటే రీతిగా వుంటుంది. అంతేకానీ, "అనేక రకాలుగా" వుండదు. ధ్యానమార్గం కూడా ఒక్క తీరే - అదే ఆనాపానసతి.
మూర్ఖులు విభిన్న పంథాలలో వున్న బాహ్యరీతులనే చూస్తారు. కానీ అభిన్నంగా, ఏకతీరులో వున్న అంతర్ సూత్రాలనూ, అంతర్ పదార్థాలనూ గ్రహించలేరు. మానవుల శరీరంలో వుండే ప్రాణశక్తి తీరు అందరికీ ఒక్కటే,ఆకలి తీరూ ఒక్కటే, "పూజా విధానం" కూడా ఒక్కటే

హిందువులకు ఓ పూజా విధాన తీరు, ఇస్లాం మతస్థులకు మరో పూజా విధాన తీరు, క్రిస్టియన్‌లకు ఇంకొక తీరు అనేది అసంభవం.సర్వ మానవులకూ, సర్వమతస్థులకూ వున్నది ఒకే పూజా విధాన తీరు. నిజానికి అదే అంతర్‌యానం - "ధ్యానం".

ఒకటే రీతిలో వున్న ప్రాణాన్నీ, ఒక్కటే తీరులో ఉన్న ధ్యాన విధానాన్నీ, అంటే, సత్యాన్వేషణా విధానాన్ని అపారమైన ధ్యాన, జ్ఞాన సాధనలతోనే అర్థం చేసుకోగలం.

అన్యధా శరణం నాస్తి.

గురువు

"నిను నీ వెఱుగగ నెంచిన -
మనమున సంకల్పములను మానగవలెరా;
అనుమానరహితముగ మరి
వినయంబున గురని బట్టి వెదకుము వేమా!"

తా: "నిన్ను నువ్వు తెలుసుకోవాలంటే, మనస్సులో సంకల్ప వికల్పాలు పోయి తీరాలి; అనుమాన రహితుడవయి సవినయంగా ఆధ్యాత్మిక గురువును చేరి సత్యాన్వేషణ గావించు ఓ! వేమా!"

వ్యాఖ్య: "గురువు లేని విద్య గ్రుడ్డి విద్య" అన్నారు. ఏ విద్య నేర్చుకోవాడానికైనా గురువు అనేవాడు వుండి తీరాలి.

"గురువు" అంటే "బరువు" అయినవాడు సంగీతజ్ఞానంలో బరువైనవాడు "సంగీత గురువు". రసాయనిక శాస్త్ర విజ్ఞాని "రసాయనిక శాస్త్ర గురువు". క్రికెట్ ఆటలో నిపుణుడు "క్రికెట్ గురువు".

అలాగే, ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర జ్ఞానంతోనూ, ఆత్మానుభవంతోనూ బరువైన వాడే "ఆధ్యాత్మిక గురువు" అనబడతాడు. తనను తాను తెలుసుకున్నవాడు "ఆధ్యాత్మిక గురువు". కనుక, నిన్ను నువ్వు తెలుసుకోవాలంటే, ఎవరో ఒకరు, తనను తాను తెలుసుకున్న అతను, మనకు దారి చూపించాల్సిందే. వేరే గత్యంతరం ఏం వుంది?

"యోగః చిత్త వృత్తి నిరోధః" అన్నారు పతంజలి. తరువాత "తధా దృష్టః స్వరూపేవస్థానం" అన్నారు. అంటే, "చిత్తవృత్తులు నిరోధింపబడ్డప్పుడే మన స్వరూపాన్ని మనం దర్శిస్తాం" అని."ఈ సిద్ధాంతం మీదా, ఆ సిద్ధాంతం మీదా తర్జన భర్జనలు చేస్తూ కాలం గడపవద్దు. అనుమానరహితులు కండి. ముందుకు దూకండి; గురుని చేరండి; మిమ్మల్ని మీరు తెలుసుకోండి" అని సెలవిస్తున్నారు యోగి వేమన.

తోడు

"లేడు లేడనిన లేడు లేనే లేడు!
కాడు కాడటన్న గానె కాడు!
తోడు తోడటన్న తోడనే తోడగు!
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా: 'లేడు' 'లేడు'అంటే ఎవ్వరూ వుండరు. 'కాడు' 'కాడు' అంటే ఎప్పుడూ ఏమీ కాలేడు; 'తోడు' తోడు' అంటే ఎవ్వరైనా, ఎవ్వరికైనా తోడు ఆయి తీరుతారు.

వ్యాక్య: "నా వల్ల కాదు" అనుకుంటే ఎప్పుడూ ఏదీ చేయలేం. "ఎందుకు నా వల్ల కాదు? నా వల్లే ఆయి తీరుతుంది" అని నిశ్చయించుకుంటే ఏదైనా తప్పక సాధించి తీరుతాం.

"దైవం లేడు" అనే నాస్తికులకు నిజంగా 'దైవం' లేనేలేడు. "మరణం" అంటే నాశనమే. "మరణాంతర జీవితం అన్నది లేనే లేదు" అన్నవారికి వారు చనిపోయిన తరువాత కూడా వుండేది చీకటే

"మరణాంతరజీవితం వుంది" అనుకునేవాళ్ళే. శరీరం వదలి వేసిన మరుక్షణం. దివ్యమైన కాంతి దేహంతో దివ్యలోకాలకు వెళ్ళి అక్కడి దివ్యజీవితం కొనసాగిస్తారు.

"నేను ఏకాకిని" అనుకునే వాడి దగ్గరికి ఎవ్వరూ రాలేరు. "ర...రానాకు ఓ తోడు కావాలి" అనుకునేవారి దగ్గరికి ఎంతమందైనా వచ్చి కలుస్తారు; తోడు, నీడ అవుతారు.

మన వాస్తవాన్ని ఎప్పుడూ మనమే సృష్టించుకుంటున్నాం.మన గతం బట్టే మన వర్తమానం వుంటుంది. మన వర్తమానం మన కర్మలను బట్టే, మన యిష్టాలను బట్టే జరుగుతుంది.

అలాగే మన భవిష్యత్తు కూడా మన చేతులలోనే వుంది. "యా మతిః సా గతిర్భవేత్" అన్నది ఉపనిషద్ సూక్తి. అంటే, "మతి ఎలా వుంటుందో అలానే గతి కూడా వుంటుంది" అని.అదే సెలవిస్తున్నారు వేమన స్వామి.

"యద్భావం తద్భవతి" అనేదే ఆధ్యాత్మ విజ్ఞానంలోని అత్యంత మహత్తరమైన మౌలిక సత్యం.

పూర్వ కర్మ ఫలము

"భవము పూర్వకర్మ ఫలము
గలిగెననుచు మదిని గట్టి పరచి
కష్ట సుఖము లేవి కలిగిన దలపకు
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా: "ఈ ప్రస్తుత జన్మలో ఉన్న పరిస్థితులు పూర్వ కర్మల ఫలాలే", ఈ కర్మ ఫలాలు అనుభవించి తీరవలసినదే అని మనస్సును స్థిర పరచుకుని, జీవితంలో సంభవించే అన్ని కష్టసుఖాలనూ (ఎక్కువగా) పట్టించుకోరాదు"

వ్యాఖ్య:"భవం" అంటే ప్రస్తుతం వున్నది; అంటే, వర్తమానం. "వర్తమానం" అన్నది భూతకాలం యొక్క, మరి భవిష్యత్ ప్రణాళికల యొక్క సంజాతం.

"ఈ రోజు దినచర్య" అన్నది నిన్నటి దినచర్య యొక్క కంటిన్యుయేషన్ మాత్రమే. అలాగే, "ఈ జన్మ" కూడా గత జన్మ యొక్క తరువాతి పేజియే. గత జన్మలో '8' అంకె దాకా వస్తే ఈ ప్రస్తుత జన్మ అన్నది '9' అంకె అవుతుంది.గత జన్మ అన్నది '24' వ అంకె అయితే ఈ ప్రస్తుత జన్మ '25' వ అంకె అవుతుంది.
అంకె తర్వాత అంకె - ఇదీ సర్వ జీవుల శాస్వతస్థితి. ప్రస్తుత వర్తమాన అంకె స్థితిగతులు అన్నవి గత జన్మల అంకెల స్థితిగతుల ద్వారానే అస్తికత కలిగి వుంటాయి. ఇది గ్రహించి కష్టసుఖాలను మరీ ఎక్కువగా పట్టించుకోవద్దనే వేమన మనవి.

పూర్వజన్మలలో చేసిన పాప ఫలితాలే ప్రస్తుతపు
"కష్టాలు" పూర్వజన్మలలో చేసిన ధర్మాచరణల, పుణ్యకార్యాల ప్రతిఫలాలే ఈ జన్మపు "సుఖాలు".

ఏ కార్యమూ కూడా, ఏ కారణమూ లేకుండా ఎప్పటికీ వ్యక్తమవదు. సృష్టింపబడదు. ఏదీ కాకతాళీయం కాదు. యధాలాపంగా ఏదీ జరగదు. ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞాన సారం అయిన "కర్మసిద్ధాంతం" యొక్క సదవగాహనతో మనస్సును గట్టి పరచుకున్నవాడే భవసాగరాన్ని సులభంగా ఈదగలడు.

బ్రహ్మము

"విశ్వమందు బ్రహ్మ విస్తరించుట గాక,
వేరే బ్రహ్మమనుచు వెదుకనేల?
తగిలి యుండు గాదె తనలోన బ్రహ్మము!
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా: "విశ్వమంతా బ్రహ్మపదార్థం విస్తరించి వుండగా వేరే బ్రహ్మం ఎక్కడో వుందంటూ వెదకడం ఎంత చోద్యం. ఈ దేహంతో తగిలే వుందిగదా తనవరకూ సంబందించిన బ్రహ్మపదార్థం.

వ్యాఖ్య: "భూరితి బ్రహ్మ" అన్నదే "బ్రహ్మ" అనే పదానికి ఓ నిర్వచనం. "భూ" అంటే గొప్పదైనది. అంటే, "మహత్తరమైన ఉనికి కలిగి వున్నది". కనుక, "బ్రహ్మము" అంటే, "మహత్తరమైన ఉనికి వున్న మూల వస్తువు" అని అర్థం.

ఉనికి వున్నదే బ్రహ్మం లేదా బ్రహ్మపదార్థం. విశ్వంలో అంతా నిండి వున్నదే ఈ "మూల చైతన్యం". అథవా "బ్రహ్మపదార్థం". బ్రహ్మపదార్థం యొక్క ఘనీభవీకరణే ఈ భౌతిక విశ్వం అంతా మరి ఇంకా అనేకానేక కోట్లాది ఇతర సూక్ష్మతర విశ్వాలూ.

"విశ్వం వేరే; బ్రహ్మ పదార్థం వేరే" అని ఎక్కడా వుండదు."నేను", "నేను" అని ప్రతీదీ ఘోషిస్తూ వుండేదే "బ్రహ్మ పదార్థం". దేహంలో "దేహి" ఎలా విస్తరించి వుందో అలాగే విశ్వంలో తత్సంబంధిత "విశ్వాత్మ" కూడా విస్తరించి వుంది. అదే విధంగా ఓ అణువులో "అణువాత్మ". ఓ కణంలో "కణాత్మ" కూడావిస్తరించి వున్నాయి. తదేకం అవుతున్నాయి. కణవిఘటన జరగవచ్చు గాక కణాత్మకు ఎంత మాత్రమూ అంతరాయం వుండదు. శరీరం చావచ్చు గాక, జీవాత్మ చావదు. ఈ విషయాన్ని క్షుణ్ణంగా తెలుసు కోవటమే "ఆత్మజ్ఞానం" అన్నా, మరి "బ్రహ్మజ్ఞానం" అన్నా.

నేల విడిచి సాము ఎలా లేదో, తాను కాని దైవ పదార్థము, బ్రహ్మపదార్థం ఎక్కడా లేదు.

కులకాంత

"వేదవిద్యలెల్ల వేశ్యల వంటివి -
భ్రమల బెట్టు తేటపడగనీవు;
గుప్తవిద్య యొక్కటే కులకాంత వంటిది-
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా: "వేద విద్యలన్ని, అంటే ప్రాపంచిక విద్యలన్ని, వేశ్యల వంటివి. అవి భ్రమలలో పరిభ్రమింపచేస్తాయే కానీ మనల్ని తేటపడనీయవు; గుప్త విద్య అయిన రాజయోగం ఒక్కటే 'తాళికట్టిన భార్య' వంటిది".

వ్యాఖ్య: "త్రై గుణ్య విషయా వేదాః నిస్త్రైగుణ్యో భవార్జున!" అన్నారు గ్రాండ్ మాస్టర్ శ్రీ కృష్ణ. అంటే, "వేద విషయాలన్నీ త్రిగుణాత్మకాలే. అంటే, తమో రజోసాత్త్విక విషయాలకు సంబంధించినవే. నువ్వు మట్టుకు త్రిగుణాతీతుడుకా... ఓ అర్జునా!" అంటున్నాడు ఆ పరమాత్ముడు. అలాగే, "శభాశుభ పరిత్యాగీ, భక్తిమాన్యః సమేప్రియః"అన్నాడు. అంటే, ఎవ్వరైతే మంచినీ చెడునూ రెంటినీ పరిత్యజిస్తాడో, తనలో తానే నిమగ్నుడయి వున్నాడో అలాంటివాడే నాకు ప్రియుడు" అని.

అశుభ కార్యకలాపాలు తమో, రజో, గుణాల నుంచి సంభవించినవి. అలాగే శుభ కార్యకలాపాలు సత్త్వగుణాత్మకాలు. అయితే, శ్రీకృష్ణుడు ఈ రంటినీ పరిత్యజించమంటున్నాడు. పరిత్యజించి, "భక్తిమాన్యుడు" కమ్మని సలహా ఇచ్చాడు. అంటే, తనలో తాను నిమగ్నమవమన్నాడు. అదే 'గుప్తవిద్యా అయిన ధ్యాన యోగం

గుప్తవిద్యే "రాజవిద్య", "రాజయోగం" అని శ్రికృష్ణుడు వక్కాణించాడు. ఈ విద్యను "గుహ్యాతి గుహ్యం" అని అభివర్ణించాడు. అంటే, "గుప్తంలో గుప్తం" అని అర్థం. ఆ గుప్త విద్యే "ధ్యానం" అనే రాజ విద్య.వేద విద్యలన్నీ మనల్ని సత్యాన్నించీ ఈ, శాశ్వత శాంతినుంచీ ప్రక్కకు మరలిస్తాయి వేశ్యాలలాగా.ఎందుకంటే వేదాలు ఎన్నో కర్మకాండలను మనకు నిర్దేశిస్తాయి. సూటిగా సత్యం దగ్గరకు చేరనీయవు. కానీ, "సహధర్మచారిణి" వంటిది సదా కలిసిపోయి వుండేది. "ఆస్తి" అయినది కేవలం గుణాతీతమైన ఆత్మజ్ఞానమే" అని వేమనార్యుని దివ్యజ్ఞాన బోధ

పరము – బాపడు

"సంధ్యవార్వగనేమి? జపముచేయగనేమి?
వేద శాస్త్రములను వెలయనేమి?
పరము గనని వాడు బాపడు కాడురా-
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా: "సంధ్యవార్చినా, జపము చేసినా, వేద శాస్త్రాలను చదివినా నిజమైన ముముక్షువుగా వుండి పరము గూర్చి యత్నించపకపోతే బ్రాహ్మణుడు కానే కాడు,"

వ్యాఖ్య:ఎవరు బ్రాహ్మణులు? ప్రొద్దునా సాయంత్రం గాయత్రి పఠించేవారా? "రామ రామ రామ" అని జపమాల త్రిప్పేవారా? లేక వేద వేదాంగాలను వల్లె వేసేవారా? వీరెవ్వరూ "బ్రాహ్మణులు" కాజాలరు.

"బ్రహ్మజానాతి ఇతి బ్రాహ్మణః" అంటే, బ్రహ్మజ్ఞానం అనుభవించేవారే బ్రాహ్మంణులు. "పరము" చూసి తీరాలి, అప్పుడే బ్రాహ్మణుడు. యోగసాధన ద్వారానే "పరము" తిలకించడం సాధ్యం.

"పరము" అంటే "పరలోకాలు" ఉన్నవి మొత్తం 14లోకాలు - భూలోకం కన్నా "క్రింద" ఉన్న లోకాలు అధోలోకాలు., భూలోకం కన్నా "పైన" వున్న లోకాలే.

"ఊర్ధ్వ" లోకాలు., 'భువర్'., 'సువర్'.. 'జనా', 'మహా', 'తపో','సత్య ' లోకాలే భూలోకానికి "పరమైన" అంటే "ఇతరమైన" ఊర్ధ్వలోకాలు.

మామూలుగా "మరణించడం" అంటే, మనిషి భౌతికలోకం వదిలివేసి ఈ పై ఉదహరించిన లోకాలకు పయనించడం అన్నమాట. స్వానుభవంగా " పరలోక" జ్ఞానం ఉన్నవాడే బ్రాహ్మణుడు. పుట్టకతో అందరూ శూద్రులే. గుణ కర్మలను బట్టి బ్రాహ్మణుడు కావచ్చు.

"చాతువర్ణ్యం మయా సృష్టః గుణ కర్మ విభాగశః" అన్నాడు కదా యోగీశ్వరుడైన శ్రీకృష్ణ.

పుణ్య పురుషులు

"ఉప్పు కప్పురంబు నొక్క పోలిక నుండు -
జూడ జూడ రుచుల జాడ వేరు;
పురుషులందు పుణ్యపురుషులు వేరయా -
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా: "ఉప్పు కర్పూరం రెండూ తెల్లగా ఒక్క రీతిలోనే కనబడుతాయి. కానీ, వారి రుచులు వేరు వేరుగా ఉంటాయి. అలాగే అందరూ ఒక్క మాదిరిగానే కనబడ్తారు. కానీ, వారి వారి గుణాలను బట్టి 'పుణ్యాత్ములు ' ఎవరో, 'పుణ్యాత్ములు కాని వారు ' ఎవరో తెలిసిపోతుంది."

వ్యాఖ్య:రూపురేఖల ప్రస్తావన వస్తే యోగులకూ, యోగులు కాని సామాన్యులకూ తేడా ఏమీ వుండదు. చూడడానికి యోగి, లేక జ్ఞాని యొక్క దైనందిక జీవితం యోగరీతి తెలియని వారి విధంగానే వుంటుంది. అయితే పరిశోధిస్తే, దీర్ఘకాలంగా పరీక్షిస్తే యోగుల స్థితప్రజ్ఞత, నిత్య సంతోషత లన్నివి తప్పకుండా బయట పడతాయి.

బహిరంగంగా తేడాలు కనపడకపోయినా అంతరంగంగా యోగుల జాడలు వేరుగా వుంటాయి. "పుణ్య పురుషులు" అంటే యోగ పుంగవులే.

"పుణ్య పురుషులు" అంటే "ఏదో 'మంచి ' గా బ్రతికే వాళ్ళు 'చెడు చేయని వాళ్ళు" అని కానేకాదు. తెలియనిది తెలుసుకోవడమే "పుణ్యం" అంటే ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర పరిశోధకులే పుణ్య పురుషులు.

"పాపం" అనేది ఆత్మజ్ఞానరహిత కార్యకలాపం. "పుణ్యం" అనేది ఆత్మజ్ఞాన సహిత కార్యకలాపం. "పాపం" అంటే తెలిసినది చెయ్యకపోవటం. "ధర్మం" అంటే తెలిసింది చెయ్యటం. "పుణ్యం" అంటే తెలియనిది తెలుసుకోవటం.

కోపం

"కోపమునను ఘనత కొంచెమై పోవును!
కోపమునకు గుణము కొఱత పడును!
కోపమునను బ్రతుకు కొంచెమై పోవును!
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా: "కోపం వల్ల మన గొప్పతనం, గుణం తగ్గిపోతాయి; కోపమున్నవాడికి కేవల జీవనం కూడా కష్టతరంగా ఉంటుంది. ఆయుష్షు కూడా క్షీణీస్తుంది."

వ్యాఖ్య:గీతలో కృష్ణుడు అన్నట్లు "కామేష, క్రోధేష, రజోగుణ సముద్భవః మహాశనో మహాపాప్మా!" క్రోధం అనేది మహాపాపం. అది మనిషి యొక్క రజోగుణం లోంచి ఉద్భవిస్తుంది.

కోపం వలన మనిషి యొక్క కీర్తి తగ్గిపోతుంది. కోపం వలన మనిషి యొక్క గుణం తగ్గి దోషం పెరుగుతుంది. కోపం వల్ల బ్రతుకే కష్టం అవుతుంది కనుక, 'కోపం' అనేది సర్వవేళలా త్యజించి తీరాలి. అయితే, ఆపద్ధర్మంగా కోపం అనేది ప్రత్యేక ప్రయోజనాల కోసం, ప్రత్యేక సందర్భాలలో ప్రదర్శన చేయవచ్చు. అప్పుడు అది 'సామ దాన భేద దండ ' అనే చతుర్విధ ఉపాయాలలో దండోపాయం గా పరిణమిస్తుంది.

గీతలో కృష్ణుడు ఇంకా, "క్రోధాత్ భవతి సమ్మోహః సమ్మోహాత్ స్మృతి విభ్రమః స్మృతి భ్రంశాత్ బుద్ధినాశః బుద్ధి నాశాత్ ప్రణశ్యతి" అన్నాడు కదా.

నిద్ర

"ఎచట నుండి వచ్చునెచటికి దా బోవు?
నిద్ర చంద మెఱుగ నేర్చెనేని
ఆత్మ రాక పోక లతడేపో శివయోగి!
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా: "జీవుడు ఎక్కడి నుండి వచ్చాడో? ఎక్కడికి పోతున్నాడో? 'నిద్ర ' అంటే ఏమిటో? ఆత్మ రాకపోకలేవో? ఇవన్నీ తెలుసుకున్నవాడే ఎప్పుడూ ఆనందించే యోగి".

వ్యాఖ్య:"నిద్ర " అంటే ఏమిటి? " ఆ అవస్థలో మనం ఎక్కడికి పోతున్నాం?" ఈ ప్రశ్నలకు ఎప్పుడైతే సమాధానాలు తెలుసుకుంటామో అప్పుడే జీవిత రహస్యాలన్నీ తేటతెల్లం అవుతాయి.

ప్రతి రాత్రీ మన సూక్ష్మశరీరం స్థూల శరీరం నుంచి విడివడుతుంది. విడి వడి అనేక విషయాలు పరిశీలించి, పరిశోధించి తెల్సుకుంటుంది. "నిద్రావస్థ" శరీరానికే కానీ "దేహి" కి అంటే "ఆత్మ" కు మాత్రం కాదు. ఇక్కడ "ఆత్మ" అంటే "సూక్ష్మశరీరాది సముదాయం" అని. ఈ "ఆత్మ రాకపోకలే" , "నిద్ర" అంటే.

రమణ మహర్షి అన్నట్లు "సుషుప్తి" లో "జాగృత" గా వుండటమే "ధ్యానం" అంటే. "నిద్ర", "చావు", "ధ్యానం" అన్నీ విదేహ యాత్రలే "నిద్ర చందం" తెలుసుకున్నవాడే యోగి. అంటే, "ఆత్మ రాకపోకలు" స్వానుభవంగా ఎరిగిన వాడే యోగి.

"శివ" అనే పదానికి అర్థం "ఆనందం" అని.

కనుక, "శివయోగి" అంటే "నిత్యానందంతో ఓలలాడే యోగి" అని అర్థం అన్నమాట.
"ఆత్మ రాక" యే "జన్మ" "పుట్టుక" అంటే.
"ఆత్మ పోక" యే "మరణం", "చావు ", అంటే.
అంతే... ఇంకేమీ లేదు. ఇంకెందుకు దుఃఖం?

శాంత మానసం

"శాంత మానసమున జల్లనై శీతల
భాతి నున్నవాడు పరమ యోగి;
అట్టివాడు ముక్తి నతివేగ గైకొను
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా: "కోపతాపాలు లేకుండా శాంతుడై చల్లని మనస్సు గలిగి వున్నవాడే పరమయోగి. అతను సులభంగా ముక్తిని పొందుతాడు.

వ్యాఖ్య:శ్రీత్యాగరాజస్వామి అన్నట్లు "శాంతము లేక సౌఖ్యము లేదు". పరమ యోగి ఎల్లప్పుడూ ప్రశాంత మనస్కుడై చల్లగా, శీతలంగా వుంటాడు. శాంత మనస్కుడైనవాడే సత్యాసత్యాలనూ, నిత్యానిత్యాలనూ, ధర్మాధర్మాలనూ బహు సులభంగా అనుభవైక్యం చేసుకుని ముక్తి వైపు అతి వేగంగా ప్రయాణిస్తాడు. అలా కాని అశాంత మనస్కునికి ముక్తి అనేది మృగ్యం.

"యోగి" అంటే "కర్మ యోగి", జ్ఞానయోగి" మరి "రాజయోగి".
"యోగం" అంటే ఐక్యత, ఏకం".
"యుంజతే ఇతి యోగః" అన్నారు కదా.
కర్మలతో "ఏకం" అయి ఉన్నవాడే – కర్మయోగి
జ్ఞానంతో "ఏకం" అయి ఉన్నవాడే – జ్ఞానయోగి
తన పూర్ణాత్మతో "ఏకం" అయి ఉన్నవాడే - రాజయోగి

వీటన్నిటిలోనూ పరిపూర్ణుడై ఉన్నవాడే "పరమ యోగి". అయితే, చూపరులకు కోపతాపాలతో మండి పడుతున్నట్లు బయటికి కనపడవచ్చు. నిజం అన్నది లోపలికి చూస్తేనే తెలుస్తుంది. నిజానికి యోగుల నిక్కచ్చితనాన్నీ, సూటిమాటలనూ, "కోపం" గా అభివర్ణించటం సాధారణ జనులకు పరిపాటి.

ఒడలు - ఒడయుడు

"అడవి దిరుగ జిక్క దాకసమున లేదు;
అవని తీర్థయాత్రలందు లేదు!
ఒడలు శుద్ధి చేసి యొడయుని జూడరా!
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా: "శరీర శోధన చేసుకుని సమాధి మగ్నుడై దేహంలో ఉన్నవాడిని చూడాలి. అడవులు తిరిగినా, ఆకాశాన ఎగిరినా, తీర్థయాత్రలకు పోయినా, ఏ మాత్రం ప్రయోజనం లేదు."

వ్యాఖ్య:ముక్తి అన్నది అడవులు తిరిగితే చిక్కదు. ముందు "ఒడలును శుద్ధి చేయాలి". అంటే "నాడీమండల శుద్ధి" అన్నమాట. అంతేకానీ, స్థూలశరీర శుద్ధి కాదు. నాడీమండల శుద్ధి కావాలంటే మార్గం ఒకటే - అదే "అనాపానసతి". అప్పుడు "ఒడలు" లో వున్న "ఒడయుని" చూడవచ్చు. "ఒడయుని" అంటే "దేహి"ని, "ఆత్మ" ను అన్నమాట. అంటే, సూక్ష్మశరీరాన్ని విడదీయవచ్చు. ఈ "అన్నమయ కోశం" వేమన సూచించిన "ఒడలు" కాదు. ఎందుకంటే అన్నమయ కోశాన్ని శుద్ధి చేస్తే ఆత్మ అన్నది తెలియనే తెలియబడదు.

మన ఒడలులో ఎన్నో కోశాలు ఉన్నాయి - ప్రాణమయ, మనోమయ, విజ్ఞానమయ కోశాలు ఇత్యాది. ఆ కోశాలు శుద్ధి చేయబడాలి.

ముఖ్యంగా శుద్ధిచేయవలసిన కోశం "ప్రాణమయ కోశం" అంటే, నాడీ మండలం. ఇది శుద్ధం కావాలంటే చిత్తాన్ని "వృత్తి రహితం" చేసుకోవాలి., బుద్ధిని సునిశితం, సుశిక్షితం, సుశోభితం, సత్యవంతం, ఆత్మవంతం చేసుకోవాలి.

నిర్వృతి

"నియమితాసనమున నిలిచిన చిత్తంబు
తామసంపు నిద్ర దలగ ద్రోయు
నిద్ర తొలగినంత నిర్వృతి ఉదయించు
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా: "నియమంతో ఆసనంలో కూర్చుండి మనస్సు నిల్పితే, తామసమనే నిద్ర తొలగుతుంది; అది తొలగ్గానే ఆత్మరూపమైన ధైర్యం కలుగుతుంది".

వ్యాఖ్య:పతంజలి "సమాధి" విధానాన్ని ఆసన - ప్రాణాయామ - ప్రత్యాహార - ధారణ - ధ్యానంగా - విశ్లేషించి వివరించారు.
"నియమిత ఆసనం" లో మనల్ని మనం ప్రతిష్ఠించుకుని, చిత్తాన్ని నిలిపి, తామసమైన నిద్రను తొలగద్రోయ ప్రయత్నించాలి. "నియమిత ఆసనం" అంటే "మనకు నచ్చిన ఏదేని సుఖమైన ఆసనం".
"నిలచిన చిత్తంబు" అంటే, "చిత్తం వృత్తి రహితం అయితే" అన్నమాట. అప్పుడు క్రమక్రమంగా నిద్ర తొలగి పోతుంది. సుషప్తి జాగృతమవుతుంది. నిద్ర తొలగగానే ఆత్మతత్త్వం సంపూర్ణంగా చక్కగా అవగాహన కొచ్చి స్వానుభవాలు కలిగి ఇంక నిర్భీతి స్థితి ఉపలబ్ధమవుతుంది.
సగటు మానవుడు భీతి విహ్వలుడు. అయితే, చిత్తం వశం చేసుకున్న యోగి సర్వ భయాల నుంచి విముక్తుడైన వాడు.

"భయ" స్థితే మానవత్త్వం; "అభయ" స్థితే దివ్యత్త్వం.
ఆత్మజ్ఞానం లేనివాడు మానవ మాత్రుడే.
ఆత్మజ్ఞానం వున్నవాడు దైవమే.
"బ్రహ్మవిద్ బ్రహ్మైవ భవతి" కదా

ఆశలు

"ఆశలనెడి త్రాళ్ళ నమరగోయగ జేసి
పారవైన గాని పరము లేదు;
కొక్కు తిండియాస జిక్కి చచ్చిన యట్లు-
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

తా:ఆశలనే త్రాళ్ళను త్రెంచివేస్తే కానీ ముక్తి లేదు; పందికొక్కు తిండికాశించి బోనులో చిక్కి చస్తుంది కదా

వ్యాఖ్య: "దుఃఖానికి మూలకారణం తృష్ణ" అని గౌతమ బుద్ధుడు తన దివ్యసాధన ద్వారా కనుక్కున్నాడు. "దుఃఖము", తృష్ణ", "అవిద్య", "అష్టాంగమార్గం" అనేవే బుద్ధుని నాలుగు ఆర్యసత్యాలు. అవిద్యాయుత ఆశలే మానవుడికి ఇహలోకం భంగపాటును కలుగచేస్తున్నాయి. విద్యాయుత ఆశాలే ఇహానా, మరి పరానా మానవుడికి ప్రగతిని సాధించి పెడ్తాయి.
కనుక "ఆశలు" అనే త్రాళ్ళను తెగనరికి పారవేస్తేగానీ "పరం",అంటే "మోక్షమార్గం" దొరకదు. ఇక్కడ "ఆశలు" అంటే "అత్యాశలు" అని అర్థం చేసుకోవాలి. "తృష్ణ" అంటే "తీరని దాహం." పందికొక్కు విపరీతమైన తిండి ఆశతో బోనులో చిక్కి తన జీవితాన్నే కోల్పోతుంది. అలాగే "మనస్సు ఊయల" లో ఊగిసలాడే మానవుడు ఈ మర్త్యలోకం లోనే తిరిగి తిరిగి పుడ్తూ, తిరిగి తిరిగిచస్తూ వున్నాడు.

ధ్యానం ద్వారానే ఆత్మజ్ఞానం

ధ్యానం ద్వారానే ఆత్మజ్ఞానం సాధించవచ్చు. ధ్యానం అంటే మనిషి హాయిగా జీవించవచడానికి ఉపయోగపడే సాధనం. మనమందరం జీవించాలన్నా, పాడుకోవాలన్నా హాయిగా మాట్లాడాలి. అందరూ కలసిమెలసి ఉండాలి.

మనిషి హాయిగా జీవించాలంటే రెండే రెండు పాటించాలి

1.అహింస 2.ధ్యానం.

'అహింస' అంటే ఎవ్వరినీ హింస చేయకుండా ఉండటం. సకల ప్రాణికోటిని హాయిగా జీవించేటట్లు చేయవలె.ఎదుటి ప్రాణిని హింసిస్తే నువ్వు హాయిని కోల్పోతావు. కనుక ఏ చేపనూ, ఏ పీతనూ, ఏ రొయ్యనూ చంపరాదు. ఏ మనిషినీ మటల ద్వారా, చేష్టల ద్వారా హింసపెట్టరాదు.

రెండవది ధ్యానం అంటే మనస్సును శూన్యం చేయడం. మనస్సు శూన్యం అయినప్పుడు మూడవకన్ను.... దివ్యచక్షువు...ఉత్తేజితం అవుతుంది. దివ్యచక్షువు ఉత్తేజితం ద్వారా "నేను శరీరం కాదు, ఆత్మ అనీ, ఈ ఆత్మ పదార్థమే సర్వత్రావ్యాపించి ఉంది అని తెలుసుకుంటాం. ఆత్మజ్ఞానం కలిగిన తరువాత ఎవ్వరినీ హింసపెట్టరు.కనుక ప్రతి మనిషి హాయిగా జీవించాలంటే అహింస,ఆత్మజ్ఞానం తప్పనిసరిగా పొందాలి".

హాయిగా ఉండడం అంటే అహింసను పాటించాలి, ధ్యానం అలవరచుకోవాలి. ధ్యానం ద్యారా ఆత్మజ్ఞానం కలుగుతుంది, ఆత్మజ్ఞానం వచ్చిన తరువాత ఆత్మే దైవపదార్థం అన్న అనుభవం కలుగుతుంది;ఈ ఆత్మపదార్థం సర్వత్రా వ్యాపించి ఉంది అని తెలుసుకుంటాం. ఒకానొక ధ్యాని మాత్రమే జీవింతంలో ఏ పరిస్థితిలోనైనా సరే, ఏ ప్రాణికైనాసరే హాని చేయకుండా జీవించగలుగుతాడు. నిత్యజీవితంలో ప్రతి మనిషీ ఎన్నో ఒడిదుడుకులు, సమస్యలు ఎదుర్కొంటున్నాడు. రోజులో కనీసం ఒక గంటైనా ధ్యానం చేయకపోతే జీవితం హాయి లేకుండా వృధా అవుతుంది.

ధ్యానం వల్ల శరీరంలోని అన్ని అవయవాలకు విశ్రాంతి దొరకడమే కాకుండా మనిషి కూడా హాయిగా సంతోషంగా ఉండవచ్చు. ధ్యానం ప్రతి మనిషి జీవితంలో క్రొత్తహాయిని నింపుతుంది.

"ధ్యాన సాధన"

"ధ్యాన సాధన మనల్ని అన్నింటిలోనూ నిష్ణాతుల్ని చేస్తుంది. అన్నింటిలోనూ 'పర్‌ఫెక్ట్' గా చేస్తుంది. 'ఇంపర్ఫెక్షన్' అంటే ఏమిటి? శరీరానికి రోగం 'ఇంపర్ఫెక్షన్'. మనస్సుకు అశాంతి 'ఇంపర్ఫెక్షన్'. బుద్ధికి మాంద్యం 'ఇంపర్ఫెక్షన్'. ఆత్మకు తన శక్తిని తాను తెలుసుకోకపోవడం 'ఇంపర్ఫెక్షన్'. కనుక ధ్యానం వలన్ 'ఇంపర్ఫెక్షన్' పోయి, 'పర్‌ఫెక్షన్' వస్తుంది. ధ్యానం యొక్క శక్తిని తెలుసుకోవాలంటే ముందు నిద్ర యొక్క శక్తి తెలుసుకోవాలి."

ధ్యాన పుష్పం - జ్ఞాన పరిమళం

ఆత్మజ్ఞానం లేని మానవులు పరిమళం లేని పుష్పాలు;
పరిమళం అనేది ఒక పుష్పం యొక్క ఆరా;
ఆ పరిమళం ఎంత దూరం విస్తరించి ఉంటుందో అంత మహత్తు ఆ పుష్పానికి వుందన్న మాట ; ప్రతి మనిషి యొక్క శక్తి, జ్ఞానం, చైతన్యం అనేవి పూర్తిగా విస్తరించుకుని వుండాలే కానీ కుంచించుకుని వుండరాదు.
మనస్సు లోని శక్తి, జ్ఞాన, చైతన్యాలు విజృంభించాలంటే ధ్యాన - స్వాధ్యాయ - సజ్జన సాంగత్యాలు మరి తప్పనిసరి.
శక్తి అన్నది ధ్యానం వల్లనే విజృంభిస్తుంది ; జ్ఞానం స్వాధ్యాయం వల్లనే వ్యాప్తమౌతుంది.
చైతన్యం సజ్జన సాంగత్యం వల్లనే విస్తృతమౌతుంది.
ధ్యాన - స్వాధ్యాయ - సజ్జన సాంగత్యా లే మనిషిని విధిగా ప్రతిరోజూ చేయవలసిన నిత్య కార్యక్రమాలు.
పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్, ఇండియా వారి ప్రచార నినాదం ... ధ్యాన స్వాధ్యాయ సజ్జన సాంగత్యాలే.ఏ మనిషిలో ధ్యాన - స్వాధ్యాయ - సజ్జన సాంగత్యాల ద్వారా శక్తి - జ్ఞానం - చైతన్యం అన్నవి విస్తరించి వుంటాయో ఆ మనిషి బ్రహ్మాండమైన పరిమళ సహితుడైన పుష్పం అవుతాడు. అతని ఖ్యాతి లోకలోకాలకూ విస్తరిస్తుంది. ఆ పరిమళం సమస్త సృష్టినే ముంచేస్తుంది.

ప్రతి పిరమిడ్ మాస్టర్ కూడా అంతులేని జ్ఞాన పరిమళ భరితుడైన ఓ ధ్యాన పుష్పం. ఆంధ్రదేశం అంతా మొత్తం ధ్యాన పరిమళ మయం కావాలి

ధ్యాన ఫలం

ప్రతి కార్యం వెనుకా ఒక నిర్దిష్టమైన కారణం వుంటుంది. ఈ కార్యం ద్వారా ఏ లాభాన్ని మనం పొందుగోరతామో, ఏ ప్రతిఫలాన్ని వాంఛిస్తామో, అదే ఆ కార్యానికి కారణభూతం అవుతుంది. ప్రతి కార్యం ఒకానొక ఫలాన్నిస్తుంది.

దుష్కార్యాలు దుష్ఫలాలనిస్తాయి; సుకార్యాలు సుఫలాలనిస్తాయి.

చక్కటి సుగంధ పుష్పాలతో, తియ్యటి సుమధుర ఫలాలతో విరాజిల్లుతూ వున్న మనం, ఎంత చూడముచ్చటగా వుంటుందో ..

పుష్పాలతో, ఫలాలతో వృక్షాలు తమను తాము అలంకరించుకోవటమే కాకుండా తమను తాము అర్థవంతం చేసుకోవటమే కాకుండా, మిగతా సృష్టినంతటినీ అలరింప చేస్తాయి.

అలాగే ధ్యాన పుష్పాలతో, ధ్యానఫలాలతో విలసిల్లని మానవ జీవితాలు మృతప్రాయమైన జీవితాలు.

ధ్యానసాధన ద్వారా పొందే ఫలాలు దివ్య ఫలాలు.

తస్మాత్ యోగీ భవార్జున|| అన్నారు శ్రీకృష్ణుడు;

దాని అర్థం - ధ్యాన ఫలాలు పొందవోయ్; బడ్డూ, అని.

ఇక మనం చేసేది ఏముంది? వెధవది తప్పేటట్లు లేదు; శ్రీకృష్ణుని ఆదేశం జవదాటలేం గదా? తప్పదు, శిరసావహించవలసిందే ..

ఆనాపానసతి - విపస్సన ధ్యాన పద్ధతిని ప్రచారం చేయటమే పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ వారి యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశం. దుఃఖరాహిత్యమే, జన్మరాహిత్యమే, మనం అందరం కోరుకునే, ఆశించే ధ్యానఫలం.

సంగీత సాధన చెయ్యకపోతే సంగీత ఫలం దక్కదు. వ్యవసాయ సాధన చెయ్యకపోతే వ్యవసాయం ఫలం దక్కదు. వ్యాపార సాధన చేయకపోతే వ్యాపార ఫలం సిద్ధించదు.

అలాగె ధ్యానం చేయకపోతే ధ్యాన ఫలం లభించదు. ధ్యానం చేస్తేనే ధ్యాన ఫలం లభిస్తుంది. ధ్యాన విందు భోజనానికి ముముక్షువులందరూ ఆహ్వానితులే; ప్రవేశ రుసుము లేదు.పిల్లలూ, పెద్దలూ, వృద్ధులూ ... ఆల్ ఆర్ వెల్‌కమ్ .. సకల దేశకాల పరిస్థితులలోనూ విందు భోజనం రెడీ రెడీ; రకరకాల ఫలాలు; రకరకాల క్రొత్త రుచులు; రకరకాల క్రొత్త అనుభవాలు. ఇక మాటలు కట్టిపెట్టి కార్యం మొదలు పెడదాం; కళ్ళు మూసుకుని శ్వాస మీద ధ్యాస పెడదాం; ఎక్కడి వారు అక్కడే గప్ చుప్.

"ధ్యానం వలన లాభాలు"

ధ్యానం ద్వారామనకు ఆరు విధాల లాభాలు చేకూరుతాయి: అవి,
1) శారీరక ధారుఢ్యం 2) మానసిక ప్రశాంతి 3) బుద్ధి సునిశిత
4) ఆర్థిక సంక్షేమం   5) సుమిత్ర ప్రాప్తి   6) ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానం

"ధ్యానయోగం" అన్నది తెలియని వారికి ఆధ్యాత్మిక సత్యాలు దృగ్గోచరం కావడం అన్నది అసంభవం; కనుక, వారు అనేక విధాల ప్రమత్తులై వుంటారు
పర్యవసానం - ఏ విధమైన స్వస్థతా వాస్తవానికి వారికి వుండదు.

ధ్యానులు కాని వారికి శారీరక దుర్బలత, మానసిక అశాంతి, ఆధ్యాత్మిక అజ్ఞానం అన్నవి తప్పవు
ధ్యానులు కానివరికి 'సుమిత్ర శూన్యత', అంటే 'సంఘంలో మంచి మిత్రులు లేకపోవడం'అన్నది వుంటుంది
ధ్యానులు కానివారికి "ఆధ్యాత్మిక అజ్ఞానం", అంటే "మనం ఎవరమో, ఎందుకు జీవిస్తున్నామో అన్నది బొత్తిగా తెలియకపోవడం" , అన్నది తప్పదు

ధ్యాన వరం

ధ్యానం అన్నది మానవుని పునీతుణ్ణి చేసే వున్న ఒక్కగానొక్క ప్రక్రియ; ధ్యానం మానవుణ్ణి దివ్యమనస్కుడి గా రూపొందిస్తుంది.
ధ్యానంవలన ఆధ్యాత్మిక సంపద పెరుగుతుంది. ధ్యానం వలన సుఖం, ఆనందం, బ్రహ్మానందం కలుగుతాయి.
ధ్యానం ఏమీ లేకున్నా అన్నీ ఉన్నట్లే.. ధ్యాని నిత్య సుఖి..ధ్యానం అన్నది పూర్ణ కైవల్య సాధనా మార్గం.
ధ్యానం చేయటం అంటే పరమాత్మగా, పరమాత్మ లో నిమగ్నుడై వుండటం అని భావం.
మనమందరం విశ్వశక్తి స్వరూపులమే; ధ్యానం వలన మనలోని విశ్వశక్తి ప్రచండంగా విజృంభిస్తుంది. కనుక, ధ్యానమన్నది ఒక్కగానొక్క అద్భుతవరం అనడం లో అతిశయోక్తి లేదు.

ధ్యానమే అందం - జ్ఞానమే చందం   **ధ్యానమే జయం - జ్ఞానమే విజయం**

"ధ్యాన నేత్రం"

మనిషికి నాలుగు చక్షువులు ఉంటాయి.
మొదటిది చర్మచక్షువు, రెండవది మనోచక్షువు, మూడవది దివ్యచక్షువు, నాల్గవది జ్ఞానచక్షువు.

ధ్యాననేత్రం అంటే దివ్యచక్షువు. చిత్తం వృత్తి రహితమైన పరిస్థితిలో వ్యక్తమయ్యేదే ధ్యాననేత్రం.

ధ్యాన నేత్రమే జ్ఞాననేత్రానికి నాంది. ధ్యానచక్షువు వినా జ్ఞానచక్షువు అసంభవం.
మనోచక్షువు వికసించిన వారే కవీశ్వరులు.
ధ్యానచక్షువు వికసించిన వారే యోగీశ్వరులు.
జ్ఞానచక్షువు వికసించిన వారే పురుషోత్తములు, లేక బుద్ధుళ్ళు.
మానవుడికి వున్న షట్చక్రాలలో ఆరవ చక్రం జ్ఞాననేత్రం.
ఆజ్ఞాచక్రమే ధ్యానచక్షువు స్థానం. అంటే భ్రూమధ్యం.

ఈ ధ్యానచక్షువు అనే దివ్యచక్షువు ఉత్తేజితం కావాలంటే ఆ స్థానం క్రింద స్విచ్ వుంది. అదే నాసిక. నాసికలో అటూ ఇటూ ప్రవహిస్తూన్న వాయు ప్రవాహాన్ని గమనించడమే స్విచ్ నొక్కడం అంటే, అదే ఆనాపానసతి.
అప్పుడు వెంటనే ఉత్తేజితమౌతుంది ధ్యాననేత్రం.
శివుడు ముక్కంటే. అంటే, పరిపూర్ణమైన దివ్యచక్షువు గలవాడు. అంటే పరమ్ యోగీశ్వరుడు అని అర్థం.
భూమి మీద పుట్టిన ప్రతి మానవుడూ ముక్కంటి కావాలి. అదే స్వధర్మం, అదే స్వతంత్రం, అదే స్వరాజ్యం.
అప్పుడే స్వేచ్ఛ. అప్పుడే స్వయంభూ, అప్పుడే స్వయంప్రకాశం.

అంతవరకూ పరాధీనులమే, పరాన్న భుక్కులమే, పరతంత్రులమే. అంతవరకూ చీకటి రాజ్యమే;
అంతవరకూ గ్రుడ్డివాడు గ్రుడ్డివాడికి త్రోవ చూపినట్లే ; అంతవరకూ గ్రుడ్డి ఎద్దు చేలో పడినట్లే ; అంతవరకూ మరి 'కత్తి మీద సామే'.
మరి త్వరపడుదామా ధ్యాన సముపార్జనకు, అంటే ధ్యాన అభ్యాసానికి ?
ఈ క్షణమైనా జాప్యం వద్దు.
గమ్యం తెలుసుకున్నాం, మార్గం తెలుసుకున్నాం, కనుక, గమనం సాగిద్దాం.

"" ధ్యానమహావిజ్ఞానం .. ఐన్‌స్టీన్ సాపేక్షతా సిద్ధాంతం

" $E = mc^2$ సాపేక్షతా సిద్ధాంతం "

ప్రపంచ ప్రఖ్యాత భౌతికవిజ్ఞాన శాస్త్రజ్ఞులు మరి నోబెల్ బహుమతి గ్రహీత సర్ ఆల్బర్ట్ ఐన్‌స్టీన్ మహనీయులు ప్రపంచమానవాళికి అందించిన గొప్ప వైజ్ఞానిక సూత్రం !

" $E = mc^2$ సాపేక్షతా సిద్ధాంతం " మనకు

" నిర్దిష్టమైన కాంతివేగం c - (velocity of light .. c = 3x10 to the power of 5 km/sec) లో
ప్రయాణించబడిన ఒకానొక ద్రవ్యరాశి m(mass) .. శక్తి E-(Energy) గా రూపాంతరం చెందుతుంది " అన్న శక్తి వినిమయ మహాసూత్రాన్ని తెలియజేస్తోంది.
ప్రపంచ వైజ్ఞానిక రంగాన్నే మేలుమలుపు త్రిప్పిన ఈ మహాసూత్రాన్ని ఆధారంగా చేసుకుని అణుశక్తి మొదలుకొని ఎలక్ట్రానిక్ సూపర్ కంప్యూటర్లు, గ్రహాంతర పరిశోధనల వరకూ
ఆధునిక ప్రపంచంలో జరిగిన ఆవిష్కారాలు ఎన్నో, ఎన్నెన్నో ..
అదే స్ఫూర్తితో .. " $E = mc^2$ సాపేక్షతా సిద్ధాంతాన్ని " శాస్త్రీయ ఆధ్యాత్మకత " కు కూడా అన్వయించుకుంటే ..
" కాంతిసదృశమైన స్పష్టత c - clairty ను కలిగిన .. సజ్జనసాంగత్యం - c1 + స్వాధ్యాయం - c2 లతో ..
కూడిన ధ్యానం m- meditation
శక్తిప్రదాయకమైన దివ్యజ్ఞానప్రకాశం E - Enlightenment కు దారితీస్తుంది "

$E = mc^2$

దివ్యజ్ఞానప్రకాశం (E) = ధ్యానం (m) x స్వాధ్యాయంతో స్పష్టత (c1) x సజ్జన సాంగత్యంతో స్పష్టత (c2)

E - Enlightenment = దివ్యజ్ఞానప్రకాశం

m- meditation =ధ్యానం

c - clairty = స్పష్టత

స్వాధ్యాయంతో స్పష్టత (c1) సజ్జన సాంగత్యంతో స్పష్టత (c2)

భౌతికవిజ్ఞానశాస్త్రవేత్త .. సాపేక్షతా సిద్ధాంత కర్త
సర్ ఆల్బర్ట్ ఐన్‌స్టీన్ మహాశయులకు శతకోటి పిరమిడ్ ధ్యానవందనాలు

ధ్యాన మథనం

ధ్యానం ఒక అనంత యానం..ధ్యానం సాటిలేని ధనం
జ్ఞానం అన్నది ధ్యానం యొక్క వరప్రసాదం
జ్ఞాన సముపార్జనకు తప్పదు మరి నిరంతర ధ్యాన సాధన
మథనం అంటే మరి చిలకడం...చిలకడం అంటే నిరంతర సాధన..
ధ్యాన మథనమే జ్ఞాన మథనం.....ధ్యాన మథనమే జ్ఞాని యొక్క జీవితగమనం
ధ్యాన మథనమే అందరి జీవిత గమ్యం
మరి అందరం ధ్యానం చేద్దాం, సరియైన జ్ఞానాన్ని పొందుదాం
మరి అందరం నిరంతర ధ్యాన మథనం చేద్దాం..
ధ్యాన మథనంలోని జ్ఞాన మథనం చేద్దాం
ఈ జన్మనే ఆఖరిజన్మగా మలచుకుందాం

ధ్యాన లోకం

భూలోకం అతి త్వరలో ధ్యానలోకం కాబోతుంది.
ఇది భవిష్యత్ వాణి ; ఇది ఋషి దర్శనసారం.
భూలోకం ధ్యానలోకం కావాలంటే ప్రతి దేశమూ, ప్రతి రాష్ట్రమూ, ప్రతి గ్రామమూ ధ్యాన మయం కావాలి.
అందుకోసమే ఆవిర్భవించాయి - పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ ఇండియా.
ప్రతి పట్టణం ధ్యాన పట్టణం గా విలసిల్లాలంటే ప్రతి పట్టణంలోని ప్రతి బాలుడు, బాలిక, యువకుడు, యువతి, వృద్ధుడు, వృద్ధురాలు - అందరూ కూడా ధ్యానమయులుగా కావాలి. అందుకోసమే కంకణం కట్టుకున్నాయి పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ ఇండియా.
ఇక ఏ పట్టణంలోనూ పామరులు ఉండరాదు - ఆత్మ జ్ఞానులే ఉండాలి - పండిత శ్రేష్ఠులే ఉండాలి . అది అందరూ ఆనాపానసతి విపస్సన ధ్యాన మార్గం అవలంభిస్తేనే సాధ్యం.

అందరికీ ఆనాపానసతి - విపస్సన ధ్యాన మార్గం బోధించడం కోసమే ఆవిర్భవించాయి పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ ఇండియా.

ఆనాపానసతి - విపస్సన ధ్యాన మార్గమే వాస్తవానికి మునుపటి కృష్ణ ప్రభోధం, మహావీర ప్రభోధం, బుద్ధ ప్రభోధం, ఆదిశంకర ప్రభోధం; అదే మన వర్తమాన ప్రభోధం.

సత్యం అనేక రకాలుగా ఎప్పుడూ ఉండదు . అదెప్పుడూ ఏకరీతిలోనే ఉంటుంది. ఉన్న ఒక్కగానొక్క సత్యమార్గాన్ని అందరికీ ప్రభోధించడమే పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ ఇండియా వారి ఏకైక ధ్యేయం.

ధ్యాన కిరీటం

భక్తి అనేది యోగం కాదు .కర్మ అనేది యోగం కాదు
జ్ఞానం అనేదే యోగం - జ్ఞాన యోగం;
ధ్యానం అనేదే యోగం - రాజయోగం.
కిరీటం అనేదే రాజ్యత్వానికీ, రాజసానికీ చిహ్నం. రత్నఖచిత కిరీటాలను రారాజులు ధరిస్తూ వుంటారు.
పరమ యోగులు మాత్రం ధ్యాన కిరీటాలను అలంకరించుకుంటారు.
శ్రీ వెంకటేశ్వరస్వామి ఒకానొక అద్భుతమైన యోగీశ్వరుడు; అపారమైన యోగ సాధనా ద్వారా ధ్యాన కిరీటధారి అయినవాడు.
భౌతిక రారాజులకూ, ధ్యాన రారాజులకూ మధ్య ఎంత వ్యత్యాసమో.
భౌతిక రారాజులు అయిన వారు స్వయంగా శాంతి శూన్యులు. ఇతరులకూ ఎలా శాంతిని ఇవ్వగలరు? వారికి ఎన్ని రాజ్యాలు, సంపదలు వున్నా అసంతృప్తే.
ధ్యాన రారాజులకు మాత్రం ఆది, మధ్యం, తుది అంతా శాంతిమయమే.
తమతో కలిసిన వారందరినీ కూడా శాంతిమయులుగా చేయగలిగినవారే.
ప్రతి ఒక్కరూ ధ్యాన కిరీటధారులు అవ్వాలి.
శ్రీ వెంకటేశ్వరస్వామి లాంటి యోగిపుంగవుల అడుగుజాడలలో నడవాలి అందరూ.
అదే శ్రీ వెంకటేశ్వరస్వామి యొక్క నిజమైన ఆకాంక్ష.
తిరుమలలోని భక్తి అన్నది నిష్ఠ అయిన రాజ యోగ సాధనగా సత్వరంగా రూపాంతరం చెందాలని వాంఛిస్తూ ...

ధ్యాన కమలం

మనిషి జీవితం ఒక నదీ ప్రవాహం లాంటిది; నది అనేది ఎత్తైన కొండలలో పుడుతుంది అనేకానేక వంకలు తిరుగుతూ పయనిస్తుంది. దారిలో ఎన్నెన్ని అడ్డంకులో .. ఎన్నెన్ని అనుభవాలో..
ఒక్కోసారి జలపాతంగా దభేల్ మని చతికలపడుతుంది. ఒక్కోసారి తీవ్రమైన వంకలతో చక చక పారుతుంది. ఒక్కోచోట ప్రశాంతంగా, గంభీరంగా, మరోచోట మందంగా కదులుతూ ఉంటుంది. చివరికి జరిగేది తన ప్రత్యేకత ను కోల్పోవటం.. చివరిగా పరిణమించేది అన్ని చోట్లా ఒకే విధంగా వుండే మహాసంద్రంలా..

మనిషి జీవితం కూడా కొండల ఎత్తుల్లో, అంటే పూర్ణాత్మల సంకల్పలోకాలలో ఆవిర్భవిస్తుంది. క్రింది లోకాలలో దింపబడిన జీవాత్మ తన నూతన ఆత్మ జీవితం యొక్క అనేకానేక జన్మల్లో అనేకానేక పాఠాలు నేర్చుకుంటూ, ప్రౌఢత్వం సంపాదించుకుంటూ నిత్యము ఎదుగుతూ వుంటుంది.
జీవాత్మ ప్రౌఢదశను దాటి వృద్ధ దశల్లో ఉన్నప్పుడు అంటే చివరి జన్మల్లో వున్నప్పుడు, అంటే ప్రశాంతంగా, గంభీరం గా సాగుతున్నప్పుడు, అద్భుతమైన ధ్యాన కమలాలు వికసించి అందరినీ ఆకర్షిస్తాయి-ఆకట్టుకుంటాయి.

అ తరువాత ఓ పూర్ణాత్మ గా తానూ విశ్వాత్మ భాగమై పోతుంది. ధ్యాన కమలాలే ధ్యానానుభవాలు. . ధ్యాన కమలాలే యోగ సిద్ధులు. ధ్యన కమలా లే సుజ్ఞాన వీచికలు. ధ్యాన కమలాలే ఆత్మ సౌరభాలు.

ధ్యాన జ్ఞాన సాధనలు

మనిషి అల్పజ్ఞత నుంచి మహావిజ్ఞతకు చేరుకోవాలంటే చేపట్టవలసినవే ధ్యాన జ్ఞాన సాధనలు.
ధ్యాన సాధన అంటే ఆనాపానసతి - విపస్సన మార్గం.
జ్ఞాన సాధన అంటే నా కర్మలకు నేనే బాధ్యుడను; నా స్థితికి నేనే బాధ్యుడును అన్నది తెలుసుకుని సదా దైనందిన జీవితంలో జాగరూకులై ఉండడం.

ప్రతిరోజూ విధిగా ధ్యాన సాధన చేయాలి, కనీసం ఒక గంటయినా, మరి జ్ఞాన సాధన అన్నది, ప్రతిక్షణం మరచిపోకూడనిది.
ప్రపంచంలో మూడు వర్గాల వారు ఉన్నారు:
సాధనలో లేనివారు, సాధనలో వున్నవారు, మరి సిద్ధులైన వారు ... అని మూడు వర్గాలుగా ప్రజలు వున్నారు.
సాధనలో లేనివారు, తక్షణమే సాధకులుగా మారాలి. సాధకులుగా వున్నవారు మరి రేపో మాపో తప్పకుండా సిద్ధులౌతారు. సిద్ధులైన వారు ఇంకా సాధకులు కాని వారందరినీ సాధకులుగా చేయాలి. ఈ ప్రపంచంలో, చిట్టచివరకు, ప్రతి మనిషీ సిద్ధుడుగా అవ్వాలి.
కనుక, ప్రతి మనిషి ధ్యాన జ్ఞాన సముపార్జన లో నిమగ్నం కావాలి, అందరినీ అంటే పిల్లలనూ - పెద్దలనూ - స్త్రీలనూ - పురుషులనూ .... చదువుకున్న వారినీ - చదువులేని వారినీ - ఈ విధంగా అందరినీ ధ్యాన యోగులు గా, జ్ఞాన యోగులు గా మలచడమే - పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ మాస్టర్ల యొక్క ఏకైక ధ్యేయం

ధ్యాన జీవితం

ఆత్మ జ్ఞానం అనేది ధ్యానం, సజ్జన సాంగత్యం, స్వాధ్యాయం అనే మూడు విధాలుగా సమకూర్చుకోవాలి; ఈ జన్మను ఆఖరు జన్మగా చేసుకోవాలి - అంటే తప్పవు మరి అవి.

ప్రాపంచికంగా మనం ఏం సంపాదించినా, ఏవి సాధించినా అవన్నీ అశాశ్వతమే.
అందుకే శాశ్వతమైన దాని కోసం తపన పడాలి. శాశ్వతమైన దానిని పోరాడి సాధించాలి.
ఈ జన్మను ఆఖరు జన్మగా మలచుకోవాలి.
లేదంటే మళ్ళీ పుట్టడం - మళ్ళీ చావడం - ఇలా పుడుతూ, ఛస్తూ కొన్ని వందల జన్మలను ఇప్పటికే వ్యర్థం చేసుకున్నాం
ఇంకా ఎన్ని జన్మలు ఇలా ఉంటాం ? ? ఇక చాలు.

ఈ జన్మనే ఆఖరు జన్మగా చేసుకుందాం ...
ఈ విధమైన ధృడ సంకల్పంతో ఈ క్షణం నుంచి ధ్యాన జీవితాన్ని జీవిద్దాం.

"ధ్యానం - మోక్షానందం"

"**తస్య యోనిం పరిపశ్యంతి ధీరాస్తస్మిన్హ**

తస్థుర్ భువనాని విశ్వా" యజుర్వేదం (31-19)

తస్య =పరబ్రహ్మణో

యోనిం =సత్యధర్మానుష్ఠానం వేద విజ్ఞానమేవ ప్రాప్తికారణం

ధీరా =ధ్యానవంత

తస్మిన్ భువనాని విశ్వా=సర్వాణి సర్వేలోకాస్తస్థుడు స్థితం చక్రిరేహేతి నిశ్చయార్థే

తస్మిన్నేవ =పరమే పురుషే

ధీరా =జ్ఞానినో మనుష్యా మోక్షానందం ప్రాప్య

తస్థుః =స్థిరా భవంతే త్యర్థ

-స్వామి దయానంద వ్యాఖ్య

"విద్వాంసులు ఆ పరబ్రహ్మప్రాప్తికి కారణాలైన సత్యాచరణనూ, సత్యవిద్యనూ, ధ్యానంతో తెలుసుకుని పరమేశ్వరుని పొందుతారు; ఆయన లోనే జ్ఞానులు సత్యనిశ్చయంతో మోక్ష సుఖాన్ని పొంది, జనన-మరణ రూపాల రాకపోకల నుంచి విడిపోయి ఆనందంలో మునిగి వుంటారు"

-స్వామి దయానంద - పండిత గోపదేవ్ ఆధారంగా

"ధీరులు"

"సీరా యుంజతి కవయో యుగా వితన్వతే పృథక్,
ధీరా దేవేషూ సుమ్నయా" = యజుర్వేదం (12-67)

కవయః =విద్వాంసః,క్రాంత దర్శనాః క్రాంత ప్రజ్ఞా వాః

ధీరాః =ధ్యానవంతో యోగినః;

పృథక్ =విభాగేన ;

సీరాః =యోగాభ్యాసోపాననార్థం నాడీర్ యుంజంతి, అర్థాత్ తాను పరమాత్మానా జ్ఞాతు మభ్యస్యన్తి తథ్;

యుగా =యుగాని యోగయుక్తాని కర్మణి;

వితన్వతే =విస్తారయంతి, య ఏవం కుర్వంతి తే;

దేవేషూ =విద్వత్సు యోగిషూ;

సుమ్నయా =సుఖేనైన స్థిత్వా పరమానందం;

యుంజంతి=ప్రాప్నువంతే త్యర్థః

= దయానంద వ్యాఖ్య

" విద్వాంసులూ, యోగులూ, ధ్యానులూ అయినవారు భిన్న భిన్న నాడులను ఉపాసనాయోగం కోసం ఉపయోగిస్తారు;
పరమాత్మ, సాక్షాత్కారం కోసం ఉపాసనాయోగాన్ని అభ్యసిస్తారు ;
యోగాన్ని నిరంతరం విస్తరింపచేస్తారు; యోగాభ్యాసులతో
ప్రశంసలు పొంది పరమానందభరితులౌతారు"

= పండిత గోపదేవ్ ఆధారంగా

యజుర్వేదం ప్రకారం - యోగాభ్యాసం స్వంతంగా చేస్తూ,
అందరిచేతా చేయిస్తూ ఉండే వారే నిజమైన 'ధీరులు'

"ధర్మో రక్షతి రక్షితః"

"ధర్మ ఏవ హతో హన్తి ధర్మో రక్షతి రక్షితః
తస్మాద్ధర్మో న హన్తవ్యో మా నో ధర్మో హతోవధీత్"   - మనుస్మృతి

"చంపబడిన ధర్మం ఆ ధర్మాన్ని చంపినవాణ్ణి చంపుతుంది;
రక్షింపబడిన ధర్మం అ ధర్మాన్ని రక్షించినవారిని రక్షిస్తుంది;
కనుక, ధర్మం చేత మనం ఎప్పుడూ చంపబడకుండా ఉండేందుకు
మనం ఆ ధర్మాన్ని సదా రక్షించాలి"
= స్వామి దయానంద - పండిత గోపదేవ్ ఆధారంగా
జ్ఞానం అన్నదే ప్రత్యక్షంగా మోక్షసాధనం
ధర్మం అన్నది పరోక్షంగా మోక్షసాధనం;
అంతేకాక, ముక్తపురుషుల తదుపరి కర్తవ్యం
మనిషి జ్ఞానగామిగా వెంటనే కాలేకపోయినా,
తాను నమ్మిన ధర్మాచరణను మాత్రం ఎలాంటి పరిస్థితులలోనూ వీడరాదు:
కనుకనే, బుద్ధ ధర్మం ప్రకారం – "ధర్మం శరణం గచ్చామి"

"ధర్మం - అధర్మం"

"ధర్మం" అంటే ?
"దేనివల్లనైతే వెంటనే ఇహ, పరలోకాల్లో అభ్యుదయమూ
పరంపరగా శాశ్వత మోక్షమూ కలుగుతాయో . . దానిని . . 'ధర్మం' అంటారు"
అలాగే, ఏ కర్మల వలన, ఏ చర్యల వలన, ఇహలోకంలో గానీ, పరలోకలలో గానీ దుఃఖం సంభవించి
ఆత్మజ్ఞానాంకురణకు ఆస్కారం ఎప్పుడు కలుగదో . . ఆ కర్మాచరణం "అధర్మం" అనిపించుకుంటుంది
ధర్మాచరణ ఎప్పుడూ మనకే లాభకరం, కనుక అది సదా పరిగ్రహించవలసిందే
అధర్మాచరణ ఎల్లప్పుడూ స్వంతానికే హానికరం, కనుక అది సదా పరిత్యజించవలసింది

"ధర్మం"

షడ్దర్శనాలలో ఒకటయిన వైశేషికంలో "ధర్మం" గురించి చక్కటి నిర్వచనం వుంది:

"యతోభ్యుదయ నిఃశ్రేయస సిద్ధిః స ధర్మః"

యతో =దేనివలన

అభి =పూర్తి; ఉదయం వృద్ధి (అభ్యుదయం రెండు విధాలు:

1. అముష్మికం 2. ఐహికం

'అముష్మికం' అంటే 'చనిపోయిన తరువాత',

'ఐహికం' అంటే 'ఈ లోకంలో వున్నప్పుడు')

నిఃశ్రేయస్సు=అంతిమ శ్రేయస్సు, ముక్తి

(నిఃశ్రేయస్సు; ముక్తి, మోక్షం; అపవర్గం;

నిర్వాణం; జీనత్వం - - ఇవన్నీపర్యాయపదాలే)

సిద్ధిః =సిద్ధిస్తుందో

స =దానిని

ధర్మః ='ధర్మం' అంటారు

"దేనివల్లనైతే వెంటనే ఇహ, పరలోకాల్లో అభ్యుదయమూ పరంపరగా శాశ్వత మోక్షమూ కలుగుతాయో - దానిని 'ధర్మం' అంటారు"

"ధమ్మపదంలో"

ధమ్మపదం ఆధారంగా

బుద్ధ మహాత్ముడు చెప్పిన కొన్ని అమృత పలుకులు:

"అభిత్థరేథ కల్యాణే,"
"అభిత్వరేత కల్యాణే" (సంస్కృతం)
"మంగళదాయకమైన కర్మలను చేసేందుకు త్వరపడాలి."

“ఆరోగ్య పరమా లాభః, సన్తుష్టిః పరమం ధనం
విస్సాస పరమా జఞాతిః, నిబ్బానం పరమం సుఖ
- "ఆరోగ్య పరమా లాభామ్ సంతుట్ఠీ పరమం ధనమ్
విశ్వాస పరమో జ్ఞాతిః సన్తుష్టిః పరమం సుఖమ్"(సంస్కృతం)
"ఆరోగ్యమే పరమ లాభం; సంతుష్టత అనేదే పరమ ధనం;
విశ్వాసమే పరమ బంధువు; నిర్వాణమే పరమ సుఖం"

"సుఖా మత్తెయ్యతా లోకే, అథో పెత్తెయ్యతా సుఖా
సుఖా సామఞ్ఞతా లోకే, అథో బ్రహ్మఞతా సుఖా"
- "సుఖా మాత్రీయతా లోకేథ పిత్రీయతా సుఖా
సుఖా శ్రమణతా లోకేథ బ్రాహ్మణతా సుఖా" (సంస్కృతం)
"ఈ లోకంలో మాతృత్వం ధన్యం; పితృత్వం కూడా ధన్యమే.
శ్రమణత్వం ధన్యం; బ్రాహ్మణ్యం ధన్యం"

"అప్పమత్తోహి ఝాయన్తో, పప్పోతి విపులం సుఖం"
"అప్రమత్తో హి ధ్యాయాన్, ప్రాప్నోతి విపులం సుఖమ్" (సంస్కృతం)
"అప్రమత్తుడై ధ్యానించేవాడు విపులమైన సుఖాన్ని పొందుతాడు"

"అప్పమాదో అమతపదం, పమాదో మచ్చునోపదం"
"అప్రమాదో అమృతపదం, ప్రమాదో మృత్యోఃపదమ్" (సంస్కృతం)
"అప్రమత్తతే అమృతత్త్వం; ప్రమత్తతే మృత్యువుతో సమానం"

" దేవుని రాజ్యంలోకి ప్రవేశించాలి "

సకల మానవాళిని దివ్యత్వం వైపుగా నడిపించడానికి కరుణామయుడయిన ఏసు ప్రభువు ఎన్నెన్నో జ్ఞాన సందేశాలను అందించారు ; ఉదాహరణకు :

" దేవుని సామ్రాజ్యం మనలోపలే వుంది " నా తండ్రి రాజ్యంలో అనేకానేక తలాలు, కోటాను కోట్ల లోకాలూ వున్నాయి .. వాటిలోకి ప్రవేశించాలి ! అందుకు గాను .. మీరంతా చిన్నపిల్లలుగా మారాలి " .. " మీ రెండు కళ్ళూ ఒకటిగా కావాలి ".

" మన ఆత్మసామ్రాజ్యంలోకి మనం వెళ్ళాలి " అంటే మన మనస్సును నిర్మలం చేసుకుని ఏ ఆలోచనలూ లేని చిన్ని పిల్లాడిలాంటి శూన్యమనస్సుతో వుండాలి. అందుకుగాను మన రెండు కళ్ళూ మూసేసుకుని శ్వాస మీద ధ్యాస ఉంచి ధ్యానం చెయ్యాలి. అప్పుడే మన దివ్యచక్షువు అన్నది తెరుచుకోబడి .. ఆ కోటానుకోట్ల లోకాలను చూడగలుగుతూ అనేకానేక తలాల్లో మనం జీవించగలుగుతాం.

ఏసుప్రభువు " నేనూ, నా తండ్రి ఒక్కటే " అని చెబుతూ " మీరు నేను ఒక్కటే " అని కూడా స్పష్టం చేశారు. ఏసు ప్రభువు ఇహలోకంలో తిరుగుతూనే పరలోక సత్యాలు తెలిపేవాడు. పదకొండేళ్ళ ప్రాయంలో ఉన్నప్పుడు ఒకసారి ఏసుప్రభువు అందరినీ కూర్చోబెట్టుకుని జ్ఞాన ప్రవచనాలను అందిస్తూంటే ఒకానొక కుర్రవాడు పరిగెత్తుకుంటూ వచ్చి .. " ఓ జీసస్ ! నిన్ను మీ తల్లి పిలుస్తోంది ! " అని చెప్పాడు.

అప్పుడు ఏసుప్రభువు వెంటనే " ఎవరు నా తల్లి? ఎవరు నా తండ్రి? ఈ ప్రపంచానికి చెందిన ఏ బంధానికి కూడా నేను బంధీని కాను .. " అని కరాఖండీగా చెప్పేసాడు !

ప్రాపంచికంగా ఎంతగొప్ప వాళ్ళం అయినా మన ఆత్మ సామ్రాజ్యానికి మనం అధిపతులం కాకపోతే అదంతా బూడిదలో పోసిన పన్నీరే అవుతుంది ! ఎన్ని రాజ్యాలను పాలించిన వారయినా ధ్యాన రారాజులు కాలేకపోతే బ్రతుకు వ్యర్థం !

ఏసు ప్రభువు చెప్పినట్లు మన తండ్రి లోకాల్లోకి ప్రవేశించి ఆయనంతటి వాళ్ళం కావలసిందే ! జ్ఞానేశ్వర్ మహారాజ్, .. సాయినాథ్ మహారాజ్ ల్లా ప్రతి ఒక్కరూ ఆత్మానంద మహారాజ్ లు కావల్సిందే.

"దేవాలయాలలో ధ్యానాలయాలు"

ప్రతి దేవాలయంలో ఒక ధ్యానాలయం ఖచ్చితంగా ఉండితీరాలి. ధ్యానాలయం 'పిరమిడ్' ఆకారంలో వుంటే చాలా మంచిది. ఎందుకంటే, పిరమిడ్‌లో చేసే ధ్యానం మూడింతలు శక్తివంతం కనుక వెరసి ప్రతి దేవాలయంలోనూ ఒక పిరమిడ్ ధ్యానాలయం వచ్చి తీరాలి.
దేవాలయాల్లో భక్తులందరూ విధిగా ధ్యానం అభ్యాసం చేయాలి. భక్తులుగా దేవాలయాలలో ప్రవేశించినవారు 'ధ్యానులు' గా ధ్యానాలయాలలో తయారుకావాలి.భక్తులకు దేవాలయాలు ధ్యానాన్ని 'కానుక' గా ఇవ్వాలి. ఆ కానుక ఇవ్వాలంటే దేవాలయాల్లో ధ్యానాలయాలు ఉండితీరాలి.భక్తులందరూ ప్రతిరోజు విధిగా ధ్యాన సాధన చేయాలి. "అహం బ్రహ్మాస్మి", "మన శ్వాసే గురువు" అని భక్తులందరూ తెలుసుకోవాలి. ప్రతి దేవాలయంలో ఒక ధ్యాన విద్యా శిక్షకుడు విధిగా ఉండితీరాలి. ప్రతి దేవాలయంలోనూ ఆత్మ విద్య, ఆత్మ జ్ఞానం విధిగా నిత్యం బోధింపబడాలి. చిన్నప్పటి నుంచే అందరూ ధ్యానం చేయాలి.

ధ్యానం అంటే శ్వాస మీద ధ్యాస

ధ్యానం ద్వారానే ప్రజలకు ఆరోగ్యం వస్తుంది ... ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం. ధ్యానం చేస్తే హాస్పిటల్ ఖర్చులు, డాక్టర్ ఫీజులు, మందుబిల్లలు ఇక వుండవు. మనస్సు ప్రశాంతంగా ఉంటేనే, శరీరం ఆరోగ్యవంతం అవుతుంది. శ్వాస మీద ధ్యాస అభ్యాసం చేస్తేనే మనస్సు ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. మనస్సు కుదుట బడితేనే దేహం కుదుట పడుతుంది.
ధ్యానంలో పరలోకాల గురించి అనుభవపూర్వకంగా తెలుసుకుంటాం. ఇహలోకంలో ఉంటూ పరలోకాల గురించి తెలుసుకోవటమే ఆధ్యాత్మిక జీవితం.
శరీరంలో ఉంటూ ఆత్మగా విరాజిల్లడమే ఆధ్యాత్మిక జీవితం.
కష్టాలలో ఉంటూ ధర్మయుతంగా జీవించడమే ఆధ్యాత్మిక జీవితం.
'ధర్మం' అంటే అహింస ... 'అధర్మం' అంటే హింస 'హింస' అంటే జంతువధ, జంతు భక్షణ ... 'అహింస' అంటే శాకాహారం. ప్రతి దేవాలయంలోనూ విధిగా అహింస ప్రబోధించబడాలి.
ప్రతి దేవాలయం యొక్క కర్తవ్యం శాకాహారాన్ని విధిగా ప్రబోధించడం.

దేవాలయాలన్నీ ధ్యానాలయాలు అవుగాక. దేవాలయాలన్నీ ధర్మాలయాలు అవుగాక.
దేవాలయాలన్నీ ఆత్మవిద్యాలయాలు అవుగాక ...

దేహమే దేవాలయం

ఆది శంకరాచార్యుల వారు అన్నారు -
"దేహో దేవాలయో ప్రోక్తః జీవోద్దేవో సనాతనః" అంటే, దేహమే దేవాలయం: జీవుడే సనాతనమైన దైవం అని అర్థం.
దేహం కాని దేవాలయం లేదు, జీవుడు కాని దేవుడు లేడు
దేహం లోనే ధ్యానం చేయాలి, దేహం ఉన్నదే ధ్యానం చేయడం కోసం, దేహం లేకపోతే ఎక్కడి ధ్యానం ?
దేహం నశించిన తర్వాత, జీవుడు పై లోకాలకు వెళ్ళిపోయిన తర్వాత, అక్కడ లబ లబ కొట్టుకోవాలి
అక్కడ దేహం లేదు కనుక ధ్యానం చేయలేడు, అప్పుడు చేయగలిగింది మరో జన్మ కోసం నిరీక్షణ ఒక్కటే
దేహం ధ్యానం కోసమే అని సదా జ్ఞ ప్తిలో వుంచుకుందాం
ధ్యానం వల్లనే జీవుడు దేవుడు అవుతాడు

" దీపం ఉండగానే ఇల్లు చక్కబెట్టుకోవాలి "

ఏదైనా ఒక విషయం అందుబాటలో లేనప్పుడే మనకు దాని విలువ తెలుస్తుంది ! అప్పుడు దాని మహత్తు మరింతగా అర్థం అవుతుంది ! కళ్ళు లేనివాడికే కళ్ళ విలువ తెలిసినట్లు .. మూగ వాడికే మాట విలువ తెలిసినట్లు .. విషయం అందుబాటులో లేని వాడికే దాని విలువ తెలుస్తుంది.
అలాగే ఈ ప్రపంచగతిని మార్చడానికి ఎంతో ప్రేమగా భూమిమీదకు దిగివచ్చిన యుగపురుషుల విషయం కూడా ! ఉన్నప్పుడు వారి విలువను గ్రహించలేని ప్రజలు మహాత్ములను చంపేస్తూంటారు. గాంధీ మహాత్ముడిని కాల్చి చంపారు. మూఢనమ్మకాలపై మూఢాచారాలపై ధ్వజమెత్తి ప్రజలను అప్రమత్తులను చేస్తూభూమండలాన్ని ఉన్నత కాంతి తలాల్లోకి ప్రవేశపెట్టాలని ప్రయత్నించిన

" ఆర్య సమాజ స్థాపకులు " మరి " సత్యార్థప్రకాశ గ్రంధ " సృష్టికర్త స్వామి దయానంద సరస్వతిని సీసం పొడిని నీటిలో కలిపి త్రాగించి చంపేసారు. ఓషోనూ, సోక్రటీస్‌నూ విషప్రయోగంతో చంపారు.

" వాళ్ళు చనిపోతే మేమంతా హాయిగా ఉంటాం " అని అనుకుంటారు. చంపేశాక వాళ్ళ విగ్రహాలకు గుడులు కట్టి పూజిస్తారు ! అయితే, ఎరుకస్థితిలో వున్న కొందరు సంస్కారవంతులు, మరి జ్ఞానులు మాత్రం గొప్పవారు బ్రతికి ఉన్నప్పుడే మరి విలువను తెలుసుకుని " దీపం ఉండగానే ఇల్లు చక్కబెట్టుకున్నట్లు " వారితో కలిసి సాంగత్యం చేసి .. వారి మార్గదర్శనంలో తమ జీవితాలను ఉద్ధరించుకుంటారు. " యుగ పురుషులు " మన మధ్య ఉన్నప్పుడే మరి విలువను తెలుసుకున్నట్లు .. భౌతికంగా ఈ శరీరంలో ఉన్నప్పుడే దాని విలువను కూడా మనం తెలుసుకోవాలి ! హాయిగా ముప్పొద్దులా తిని పడుకుని, అశాస్త్రీయమైన జీవన విధానాలతో దాన్ని రోగాలపాలు చేస్తే అది పనికిరాకుండా పోతుంది.

తీరా చనిపోయిన తర్వాత శరీరం నుంచి విడుదల అయ్యాక .. " అయ్యో ! నేను ఇది చేయలేదు .. అది చేయలేదు " అని ఆక్రోశించకుండా .. " శరీరం ఖలు ధర్మసాధనం " అన్న శాస్త్ర వాక్యాన్ని అనుసరించి .. శరీరం ఉండగానే దానితో సాధనలు చెయ్యాలి. ఇక్కడ శరీరంలో ఉండే పైలోకాలతో సంబంధాలను ఏర్పరచుకోవాలి.
రేపో, మాపో ఈ శరీరాన్ని .. అంటే స్థూలశరీరాన్ని వదిలేసిన మన ఆత్మ ఈ భూమ్మీద స్థూలశరీరంలో ఉన్నప్పుడు చేసిన సాధన వల్ల .. పొందిన జ్ఞానాన్ని బట్టి ఆయా స్థాయిలకు చెందిన సూక్మలోకాలకు వెళ్ళిపోతుంది.

భూలోకంలో "A, B, C, D " అనే లోకాల స్థాయికి సంబంధించిన జ్ఞానం మనం పొంది ఉంటే .. చనిపోయాక సూక్ష్మశరీరంతో అక్కడి నుంచి ఆ పై స్థాయికి చెందిన జ్ఞానాన్ని నేర్చుకోవడానికి అంటే " E, F " లోకాలకు వెళ్ళిపోతాం ! ఒకవేళ మనం ఇంకా తీవ్రతను సాధన చేసి భూలోకంలోనే " Q, R, S " స్థాయికి సంబంధించిన జ్ఞానాన్ని కలిగి వుంటే .. చనిపోయాక "T" స్థాయికి చెందిన లోకాలకు వెళ్తాం ! ఇదంతా కూడా ఆత్మ ప్రగతిలోనే వివిధ దశలకు సంబంధించి జరుగుతూ వుంటుంది.

సూక్ష్మలోకాల్లో నిమ్నతర స్థాయికి చెందిన నాలుగు నరకప్రాయ లోకాలూ మరి ఊర్ధ్వతర స్థాయికి చెందిన నాలుగు స్వర్గలోకాలూ .. ఉంటాయి. పాపం అధికంగా చేసుకున్నవాళ్ళు నరక సదృశ లోకాల్లోనూ మరి పుణ్యం అధికంగా చేసుకున్నవాళ్ళు పరంపరగా స్వర్గప్రాయలోకాల్లోనూ ఉంటారు.

నాస్తికులు " చనిపోయిన తరువాత ఇంక అసలు ఏమీ వుండదు " అని వాదాలు చేస్తూ తమ జీవితాలను వ్యర్థం చేసుకుంటారు. తీరా చనిపోయిన తరువాత పైలోకాల్లోకి వెళ్ళి .. మళ్ళీ ఆత్మస్పృహను పొంది అప్పుడు బాధపడతారు. " అయ్యో, నేను ఈ సత్యాలన్నీ అప్పుడే ఎందుకు తెలుసుకోలేదు? అవి తెలియజేయడానికి వచ్చిన వారిని అన్యాయంగా చంపేసానే ! " అని విచారిస్తారు.

కొంతమంది " పుణ్యం చేస్తే చాలు హాయిగా స్వర్గలోకాల్లో సెటిలైపోవచ్చు " అనుకుంటూంటారు. కానీ " క్షీణే పుణ్యే మర్త్యలోకం విశంతి " అని భగవద్గీతలో శ్రీకృష్ణుల వారు చెప్పినట్లు పుణ్యాలు చేసుకున్నవారు స్వర్గలోకాల్లోకి ప్రవేశించి తాము సంపాదించిన పుణ్యశాతం తగ్గిపోగానే మళ్ళీ స్థూలశరీరాన్ని ధరించి భూమ్మీద పుడతాడు.
కాబట్టి " పాపం " - " పుణ్యం " రెండూ కూడా పూర్తిగా అనుభవించేసిన తరువాత .. రెండింటి సముదాయం నిశ్శేషం అయిన " నిర్గుణ స్థితి "లోని ఆత్మ మాత్రమే సకలలోకాల్లోని అత్యున్నత లోకమైన " సత్యలోకం "లో సెటిలైపోతుంది. ఒక బుద్ధుడు, ఒక జీసస్, ఒక శ్రీకృష్ణుడు లాంటి నిర్గుణ స్థితిలోని ఆత్మల నిలయమే .. " సత్యలోకం "!

సత్యలోకపు ఆత్మలు తప్పనిసరిగా భూమ్మీదకు రావాల్సిన పరిస్థితి ఎదురైనప్పుడు .. మళ్ళీ గర్భస్థజననం తీసుకుని కర్మచక్రాలకు గురికాకుండా .." వాక్ - ఇన్స్ " అనే మధ్యే మార్గం ద్వారా .. భూమిపై ఉన్న ఆత్మ ఎరుక స్థితిలో దేహాలను ఆశ్రయించి లోక కల్యాణ కార్యాలను జరిపిస్తూంటాయి !
ఇదంతా కూడా ఆ సత్యలోకపు ఆత్మయొక్క స్వంత ఇచ్ఛతో కూడిన ఉన్నత ఎరుకతో జరుగుతుంది.
రూత్ మాంట్‌గోమెరీ జీవితాన్ని తెలుసుకున్న వారికి " వాక్-ఇన్స్ " అనే ఉన్నత విజ్ఞానం గురించి తెలుస్తుంది.
ఇలా " అటువైపు " ఉన్నదంతా తెలుసుకున్నప్పుడే .. ఇటువైపు వున్న శరీరాన్ని చక్కగా ఉపయోగించుకుంటాం.. మరి దీపం ఉండగానే ఇల్లు చక్కబెట్టుకున్నట్లు మన జీవితాలను ధన్యం చేసుకుంటాం !

" దత్తాత్రేయ "

" ముని " అంటే " మౌని "
" వాక్ మౌనం ఉన్నవాడు " అన్నమాట
" మహా ముని " అంటే " మహా మౌనం ఉన్నవాడు " అన్నమాట
" చిత్తం వృత్తి రహితమైనవాడు " అన్నమాట
" త్రిగుణాలలో మునిగి తేలే త్రిగుణాత్మకులు "
తమకన్నా ఎక్కువగా కండబలం, దేహ సౌందర్యం, అధికారాలు,
పదవులు, చదువులు, సంస్కారాలు ఉన్నవారి పట్ల అసూయతో,
అసూయ ద్వేషాలతో వుండడం సర్వసామాన్యం
ఆ విధంగా ఎంతో ఆత్మపరంగా ఉన్నప్పుడు కూడా ఒక్కోసారి అసూయ ఉండవచ్చు
విశ్వామిత్రుడిలాగా - " నేను ' రాజర్షి ' ని మాత్రమే మరొకరు ' బ్రహ్మర్షి ' " అని
మనిషికి చివరిగా ఈ " ఆధ్యాత్మిక అసూయ " కూడా ఉండరాదు
అంటే, " మహాముని " గా అయినా " అనసూయ " తో కాపురం చేయాల్సిందే !
అసూయ లేని స్థితే ' అనసూయ ' స్థితి
అప్పుడే, అంతా ' దత్తం ' అవుతుంది .. సిద్ధులన్నీ వస్తాయి
అలా అష్టసిద్ధులు అన్నీ ' దత్త ' మైన స్థితే " దత్తాత్రేయ " స్థితి
" అ+త్రి " = " అత్రి " = " త్రిగుణాలను దాటినవాడు "
" ' అత్రి ' కాని వాళ్ళు "= త్రిగుణాత్మకులు
" ఆ సత్యంలో, ఆ ధర్మంలో వుండడం " అంటే
' అనసూయతో సంసారం చేయడం "
" అప్పుడు మీ దగ్గరికే అన్నీ చేర్చబడతాయి "
అంటే " దత్తాత్రేయ స్థితి " అన్నమాట
*** త్రిగుణాలు దాటి, నిర్గుణంలో విరాజిల్లుతూ " సదా అనసూయా స్థితి " లో స్థితమైనప్పుడే సర్వసిద్ధులూ దత్తమవుతాయి**

దర్పహః - దర్పదః

విష్ణు సహస్ర నామం అన్నది ఓ మహత్తర గ్రంథం.
భీష్మ పితామహుడు తన తుది ఘడియల్లో ధర్మనందునుడికి ఇచ్చిన జ్ఞాన సందేశం.
విష్ణు సహస్రనామంలోని వెయ్యి నామాల్లో రెండు అద్భుత నామాలు -
దర్పహః అంటే దర్పాన్ని హరించేది: దర్పదః అంటే దర్పాన్నిచ్చేది.
విష్ణు సహస్ర నామంలోని ప్రతి నామం కూడానూ
విష్ణు గుణాన్ని, విష్ణుతత్వాన్ని విశదీకరిస్తుంది, విపులీకరిస్తుంది.
విష్ణుః అంటే సర్వత్రా వ్యాపించి ఉన్నవాడు అని అర్థం.
ఆత్మే సర్వత్రా వ్యాపించి ఉన్నవాడు అని అర్థం.
ప్రతి ఆత్మజ్ఞానీ ఓ విష్ణువు.
అదే విధంగా ప్రతి ఆత్మజ్ఞాని కూడా ఓ వేయి పడగల పాము, సహస్ర ఫణిసాయి.
సహస్ర దళ కమలాన్ని సంతరించుకున్నవాడు.
ఇక్కడ సహస్ర అంటే వెయ్యి అని కాదు, అనంతం అని అర్థం.
మనం మాట వరుసకు నూట తొంబై పనులున్నాయి, అన్నప్పుడు సరిగ్గా నూట తొంబై పనులు అని కాదు అర్థం.
ఒక ఆత్మజ్ఞాని యొక్క అనంతమైన గుణగణాలతో
ఒక వెయ్యిని మాత్రం విశదీకరించి చెప్పినవాడు భీష్మ పితామహుడు.
విష్ణు సహస్రనామం లోని ప్రతి నామమూ ఒక అద్భుతమైన పాఠం.
ప్రతి పిరమిడ్ ధ్యాని కూడా విధిగా చదువవలసిన గ్రంథం విష్ణు సహస్ర నామం.

ఇక దర్పహః, దర్పదః అన్న నామాల దగ్గరకు వద్దాం.

ఆత్మజ్ఞానం కలిగినప్పుడు నాకే తెలుసు అన్న దర్పం హరించుకుపోతుంది.
అదే దర్పదః అంటే.
ఆత్మజ్ఞాని కానివాడు ఇతర ఆత్మజ్ఞానులను చూడలేడు ...
కనుక, తనకన్నా మించిన వారు ఎవ్వరూ లేరు అనుకుంటాడు.

తనకున్న ఏవో చిల్లర వాటిని చూసుకుంటూ అహంకారియై తిరుగుతూ వుంటాడు.

పగలు ఏ నక్షత్రాలూ కనపడకపోయినా,
రాత్రి కాగానే నక్షత్రాలన్నీ దేదీప్యమానంగా వెలిగిపోతూ కనబడినట్టు, ఒక అజ్ఞాని ఆత్మజ్ఞానిగా కాగానే మిగిలిన ఆత్మజ్ఞానులందరూ కళ్ళకు మిరుమిట్లు గొలుపుతూ దర్శనమిస్తారు.

అప్పుడు నాకింతవరకూ ఏమీ తెలియదు;
ఇంకా నిజంగా తెలియవలసింది అనంతంగా ఉంది అని తెలుసుకుంటాడు.
అంతవరకూ అనర్థకారి అయిన అతని మిడిమిడి జ్ఞానం, ఒక్క దెబ్బతో మొత్తం హరించుకుపోతుంది.

ఇక దర్పహః అంటే,
కానీ వెనువెంటనే దర్పదః అని కూడా భీష్మాచార్యులవారు శెలవిచ్చారు.
అంటే దర్పాన్నిచ్చేది అని.

ఆత్మజ్ఞాని అయిన వాడికి వెంటనే ఒక విధమైన ఆత్మబలం చేకూరి.

నేను సాధించాను, నేను తెలుసుకున్నాను, నేను కూడా తెలుసుకున్నాను.

అన్న సత్యాన్ని సంతోషంగా, సగర్వంగా వినయంగా ప్రకటిస్తాడు.

ఆత్మజ్ఞానం లేని వాడికి, ఆత్మజ్ఞానికుండే ఆత్మబలం అహంకారంలా కనబడుతుంది.

కానీ అది అహంకారం కాదు.

ఇదీ దర్పదః అన్న నామానికి వున్న అర్థం.
పిరమిడ్ మాస్టర్లెవ్వరికీ గర్వం లేదు గర్వం ఉంది; అదీ పరిస్థితి.

వెధవది, భీష్మాచార్యుడు చెప్తే గానీ మన సంగతి మనకర్థం కావటం లేదు.

- ఈ రెండు పదాలూ ఓ ఉదాహరణకు ఇవ్వటం జరిగింది.

మిగతా గ్రంథమంతా ప్రతి ఒక్కరూ అధ్యయనం చేయాలి.
పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ మాస్టర్లందరికీ హ్యాట్సాఫ్.

"డాన్ యువాన్"

ఆధునిక ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రజ్ఞులలో, ఆధ్యాత్మికశాస్త్ర అధ్యాపకులలో,

ప్రప్రథమశ్రేణి వారు డాన్ యువాన్‌లు

డాన్‌యువాన్ చెప్పిన ఒక సూత్రం ..

"జిజ్ఞాసువు 'ముముక్షువు' అయినప్పుడు

అచిరకాలంలోనే అతడు 'జ్ఞాని' గా మారి

సాధనా పరిసమాప్తి ద్వారా చివరికి 'ద్రష్ట' అవుతాడు"

ఆధ్యాత్మిక విద్యాభ్యాస విధివిధాన క్రమంలో వున్నవి నాలుగు దశలు

"జిజ్ఞాసువు" .. "ముముక్షువు" "జ్ఞాని" .. "ద్రష్ట, ఋషి"

"జిజ్ఞాసువు" అంటే సత్యసిద్ధి ప్రాప్తికి ప్రప్రథమంగా దృఢనిశ్చయుడు అయినవాడు

"ముముక్షువు" అంటే ఇక సత్యశోధనలో, సత్యసాధనలో పూర్తిగా నిమగ్నుడైనవాడు
"జ్ఞాని" అంటే సత్యసాధనా చివరి దశలలో సత్యసిద్ధి పొందినవాడు

"ద్రష్ట" , "ఋషి", అంటే దివ్యచక్షువు కలిగినవాడు;

ఇతరలోకాలను వీక్షించగలిగినవాడు.

డాన్ యువాన్ గురించీ .. మరి అతని ఇతర గురువుల, సహచరుల,
యోగసిద్ధుల గురించీ .. వారందరి పరిపక్వ ఆత్మజ్ఞానం గురించీ ..
డాన్ యువాన్ శిష్యుడు కార్లోస్ కాస్టానెడా వ్రాసిన
అద్భుత పుస్తకాలను ఇంగ్లీషు భాష తెలిసినవారు
చదివితీరాలి, అధ్యయనం చేసితీరాలి.

కంగ్రాచ్యులేషన్స్ .. పిరమిడ్ మాస్టర్స్ ! "

" ఆటలు - పాటలు? " .. " సంగీతం? " .. " సైన్స్ పరిశోధనలు? " .. " ప్రకృతి పరిరక్షణ ? " " సామాజిక సేవ ? " .. " దేశ ఉద్ధరణ ? " " ఆత్మకల్యాణం? " .. " లోకకల్యాణం? " ..

" భౌతిక తలం మీద మరో జన్మ తీసుకోవాలి .. మరో భౌతికకాయం ద్వారా మరిన్ని అనుభవాలను పొందాలి ; మరింత ప్రగతి సాధించాలి " అని ఊర్ధ్వలోకాల ఆత్మలు నిర్ణయం తీసుకున్నప్పుడు .. ఊర్ధ్వలోకాల మహాత్ముల సలహాలతో .. వారు సరిక్రొత్త తల్లిదండ్రులను ఎన్నుకుంటారు.

" ఎక్కడ పుట్టాలి? " .. " ఎవరికి పుట్టాలి? " .. " ఏ కారణంతో పుట్టాలి? " .. " ఆడగానా ? " .. మగగానా? " .. " ఏం సాధించాలి? " .. " ఎవరెవరితో కలిసి పనిచేయాలి? " .. " క్రొత్త కర్మ అంటుకోకుండా పాత కర్మను ఏ విధంగా దగ్ధం చేయగలను? " అంటూ పరిపరి విధాల ఆలోచించి ఒకానొక సక్రమమైన ప్రణాళికతో " మరో జన్మ " అనే " మరో సాహస కార్యక్రమం " లో పాల్గొంటారు.

భౌతికతలంలోకి రావడమంటే అది ఎంతో సాహసకృత్యం ! కనుకనే .. అనేకమందిలో కొంతమంది మాత్రమే భూతలం అంటే భౌతికతలం (physical plane) లోకి రావడానికి సాహసిస్తారు. ఎంతో హాయిగా వుండే ఊర్ధ్వలోకాలను వదులుకుని మళ్ళీ " కష్టాల ఊబి " లో ప్రవేశించడం ఎవరికి మాత్రం ఇష్టం? !

అయితే .. " ఊర్ధ్వలోకాల నుంచి మరింత ఉన్నత స్థాయి లోకాలకు పోవాలంటే భౌతిక శరీరధారిగా భూతలం మీద జన్మ తీసుకుని సుగుణాలను మరింత సానబెట్ట గలగాలి " అన్నది సృష్టి నియమం కనుక .. సాహస ఆత్మలు మరోసారి భూమి మీద పుట్టడానికే నిర్ణయించుకుంటాయి.

ఒకానొక ఆత్మ ప్రణాళికాబద్ధంగా తల్లిదండ్రులను ఎన్నుకున్న తరువాత ఊర్ధ్వలోకాలను వీడి భూతలంలోని కాబోయే తల్లి గర్భంలోని పిండాన్ని ఆక్రమించుకుంటుంది ! పిండప్రవేశం ఎప్పుడయినా జరుగవచ్చు .. ఒకటో నెలలో కానీ .. ఆఖరి నెలలో కానీ .. మరి ప్రసవానికి ముందు ఆఖరి రోజు కానీ !

ఒకానొక నాటకంలో లేదా .. ఒకానొక సినిమాలో పాత్రలను ఎన్నుకున్నట్లుగా మనం కూడా మన పాత్ర ఎంచుకుని మరీ పుడతాం ; జీవితాంతం ఆ " పాత్ర వ్రాత " .. మన జీవన విధాన దిశగా మారి మనకు అంతర్ చుక్కాని అవుతుంది.

ఇకపోతే, ఊర్ధ్వలోకాల నుంచి మరింత ఉన్నతస్థాయి లోకాలకు చేరుకున్న ఉన్నతస్థాయి ఆత్మలు స్వీయఆత్మకల్యాణం పూర్తిగా పొందినవారు కనుక .. వారి తిరిగి జన్మ తలపెట్టినప్పుడు .. లోకకల్యాణం కోసమే నడుం బిగిస్తారు. ఆ కోవకు చెందినవారే " పిరమిడ్ మాస్టర్స్ " !
" బోధిసత్త్వులు " అంటే ఒక దగ్గరే వుండి ఆధ్యాత్మిక విద్యనూ, ధ్యానసాధననూ బోధించేవాళ్ళు ; " బుద్ధుళ్ళు " అంటే గ్రామగ్రామాలు, పట్టణ పట్టణాలు, దేశవిదేశాలు తిరిగి ఆధ్యాత్మిక విద్యనూ, ధ్యానసాధననూ బోధించేవాళ్ళు.

గత జన్మలలోనే " బోధిసత్త్వులు " గా ఎంతో ఎత్తుకు ఎదిగి వున్న పిరమిడ్ మాస్టర్లు మరొక మెట్టు పైకెక్కి " బుద్ధుళ్ళు " గా ఎదగడం కోసం మరింత కృషి చేయడానికి నిశ్చయించుకుని ఈ సారి భూమి మీద అవతరించారు !

" ఈ సారి భూమినంతా అసలైన సిసలైన ఆధ్యాత్మికతతో ముంచుతాను " .. " ఈ సారి ప్రతి మానవుణ్ణీ ఒక యోగిగా, ఒక ఋషిగా చేస్తాను .. అందరినీ ఆత్మస్వరూపులుగా, నిర్భయులుగా తీర్చిదిద్దుతాను " .. " ఈ సారి జంతుప్రపంచాన్ని మానవజాతి యొక్క క్రూరాతిక్రూర చర్యల నుంచి రక్షిస్తాను " ..

" ఈ సారి ముఖ్యంగా పిరమిడ్‌లను అన్ని ప్రదేశాలలో స్థాపన చేసి .. విశ్వశక్తిని భూతలం మీదికి తీసుకుని వస్తాను " .. " ఈ సారి నా లాగా వున్న వాళ్ళందరితో కలిసి ఒక మహా సామూహిక వ్యవస్థను తయారుచేస్తాను .. అందరితో ఏకమై ఒక సమిష్టి స్పృహతో జీవిస్తాను " అంటూ పతాక స్థాయిలోని లక్ష్యాలను ఏర్పరచుకున్నవారే " పిరమిడ్ మాస్టర్స్ " !

ఆ అత్యంత అద్భుత లక్ష్యాల సాధనకు అనుగుణంగా భౌతిక జీవితాల ప్రణాళికలను తయారు చేసుకుని భారీ ఏర్పాట్లతో, అత్యున్నత స్థాయి క్షమతలతో ఇప్పుడు ఈ భూమ్మీదికి ప్రస్తుతం వచ్చినవారే .. " పిరమిడ్ మాస్టర్స్ " !

వాస్తవానికి మన జన్మ ఆకాంక్షలన్నీ తీరిపోయాయి; వచ్చిన పనిని మనం మౌలికంగా పూర్తిచేసేసాం; ఇక మిగిలిన శేషజివితం కేవలం " బోనస్ " లాంటిదే !

భవిష్యత్తులో మన " PSSM " గురించి ప్రపంచమంతా తెలుసుకుంటుంది ! " పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ " బాటలోకి అందరూ ఆనందంగా ప్రవేశిస్తారు ! " స్వస్థితి " ని తెలుసుకోవడం ద్వారా అందరూ " స్వస్థత " ను విశేషంగా అనుభవిస్తారు ! ఇక శారీరక, మానసిక, ఆర్థిక, సాంఘిక స్వస్థతలను ప్రపంచ మానవాళి అంతా పుష్కలంగా ఆస్వాదించగలుగుతుంది.

" 18 సూత్రాల పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ ఆదర్శ విధానం " ఇప్పుడు లక్షలాది పిరమిడ్ మాస్టర్ల అనునిత్య ఆచరణాత్మక జీవిత విధానం అయిపోయింది !

అనేకానేక పిరమిడ్ పత్రికల ద్వారా .. అనేకానేక భారతీయ భాషలలో .. విశేషంగా పిరమిడ్ మాస్టర్ల ధ్యానానుభవాలు .. స్వస్థతానుభవాలు .. ఇప్పుడు లభ్యం అవుతున్నాయి. అనేకానేక పిరమిడ్ వెబ్‌సైట్ల ద్వారా ప్రపంచవ్యాప్తంగా క్షణక్షణం మన PSSM సమాచారం విశేషంగా విస్తరిస్తోంది. భవిష్యత్తులో అన్ని ప్రపంచ భాషలలో కూడా పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ యొక్క సమాచారం లభ్యమవుతుంది ! ఆ విధంగా ప్రపంచవ్యాప్తంగా వున్న సత్యపిపాసకులు మరి ముముక్షు జనం .. అందరూ .. వారి వారి మాతృభాషల ద్వారా అసలుసిసలు ఆధ్యాత్మిక సత్యాలను అందుకుంటారు, మరి గ్రహిస్తారు.

" సత్యం వద - ధర్మం చర "

" సత్యాలనే పలకాలి - ధర్మాలనే ఆచరించాలి " ఏమిటి సత్యాలు ?? ఏమిటి ధర్మాలు ??

వున్న అసలుసిసలు సత్యాలు నాలుగు :

1. " మనం ఆత్మపదార్థం .. అణుపదార్థం కాదు "
2. " మన వాస్తవాలు మన ఎంపికలకు ప్రతిరూపాలు "
3. " ఆత్మశక్తితో సాధించలేనిది ఏదీ లేదు "
4. " సృష్టిలో సరిక్రొత్త లోకాలు, సరిక్రొత్త ప్రాణులు ఎప్పటికప్పుడు ఉద్భవిస్తూనే వుంటాయి "

పిరమిడ్ మాస్టర్లకు వర్తించే ధర్మాలు నాలుగు :

1. " శాకాహార సేవనం .. అహింస/శాకాహార ప్రచారం "

2. " అనునిత్య ధ్యాన అభ్యాసం .. ధ్యాన ప్రచారం "

3. " అను నిత్య స్వాధ్యాయ అభ్యాసం .. స్వాధ్యాయ ప్రచారం "

4. పిరమిడ్స్ యొక్క నిర్మాణం "

"కన్‌ఫ్యూషియస్"

కన్‌ఫ్యూషియస్ 6 వ శతాబ్దం B.C. నాటి చైనా దేశపు మహాజ్ఞాని
"మీ దేశం గొప్పతనాన్ని ప్రపంచానికి చూపించాలి అంటే, ముందుగా రాష్ట్రలను చక్కబెట్టాలి; రాష్ట్రాలను చక్కబెట్టాలి అంటే ముందుగా కుటుంబాలను కుదుటపరచాలి;
కుటుంబాలు కుదుటపడాలి అంటే ముందుగా 'వ్యక్తిగత జీవితం' సరిదిద్దబడాలి;
వ్యక్తిగత జీవితం సరిదిద్దబడాలి అంటే ముందుగా వ్యక్తి తన 'బుద్ధిమాంద్యం' పోగొట్టుకోవాలి;

బుద్ధిమాంద్యం పోవాలి అంటే ముందుగా 'శ్రద్ధ', 'దీక్ష' అన్నవి అవసరం;
శ్రద్ధ, దీక్ష అన్నవి కుదరాలి అంటే 'జ్ఞాన విస్తరణ' అవసరం;
జ్ఞాన విస్తరణ జరగాలి అంటే, 'అన్నింటిని పరిశోధించడం' అన్న ప్రక్రియ తప్పనిసరి" - అన్నాడాయన.
"వస్తుతత్వ పరిశోధన ద్వారానే జ్ఞాన విస్తరణ జరుగుతుంది"
"జ్ఞాన విస్తరణ ద్వారానే శ్రద్ధ, దీక్ష అన్నవి అకుంఠితమవుతాయి"
"శ్రద్ధ, దీక్ష అన్నవి అకుంఠితమవ్వడం ద్వారానే బుద్ధిమాంద్యం పోతుంది"

"బుద్ధిమాంద్యం పోవడం ద్వారానే వ్యక్తిగత జీవితం సరిదిద్ధబడుతుంది"
"వ్యక్తిగత జీవితాలు సరిదిద్ధబడడం ద్వారానే కుటుంబాలు కుదుటబడతాయి"
"కుటుంబాలు కుదుటపడడం ద్వారానే రాష్ట్రాలు చక్కబడతాయి"
"రాష్ట్రాలు చక్కబడడం ద్వారానే దేశం గొప్పగా అవుతుంది"
"అప్పుడే మీ దేశం యొక్క గొప్పతనాన్ని ప్రపంచానికి చాటగలరు"

ఈ ఎనిమిది అంశాల సారాన్నే"ది గ్రేట్ లెర్నింగ్" అంటే "మహాజ్ఞానం" అని చైనాలో అంటారు.

"చువాంగ్ ట్జు"

చైనా దేశపు అత్యుత్తమ ఋషి, మహోత్తమ ఆధ్యాత్మిక తత్వవేత్త**"చువాంగ్ ట్జు"** ;గౌతమబుద్ధుడి సమకాలికుడు ఆయన చెప్పిన కొన్ని సూక్తులు:
" 'జీవితం' వుంటే 'చావు' వుంటుంది;
అలాగే 'చావు' వుంటే మళ్ళీ 'జీవితం' కూడా వుంటుంది"
"బుద్ధికుశలురు మాత్రమే 'ఈ ఉన్నదంతా ఒకటే' అని తెలుసుకుంటారు"
"ఉత్తమ పురుషుడు ఎప్పుడూ ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానే.
అతనికి చావు పుట్టుకలు అంటవు; అలాంటివాడిని ప్రాపంచిక లాభనష్టాలు ఏమీ చేయలేవు"
"జనన-మరణ చక్రం గురించీ, 'కాలం' గురించీ 'శుభాశుభాల' గురించీ మరచిపోండి; అనంతత్వంలో విశ్రాంతి పొందండి"
"నిజమైన జ్ఞానం దొరకాలి అంటే మనిషి ముందుగా త్రికరణశుద్ధి కలిగివుండాలి"
"జ్ఞానులు, 'మా శరీరాలు వేరు, మేం వేరు' అని తెలుసుకున్నవారు"
"జ్ఞానికి శారీరక నాశనమే వుంది కానీ ఆత్మ నాశనం లేదు;
'స్థల మార్పిడి' వుంది కానీ 'నిజమైన నాశనం' లేదు"
"చువాంగ్ ట్జు", "లావో ట్జు" లాంటి చైనా దేశపు మహాజ్ఞానుల పుస్తకాలు చదివితేనే సుజ్ఞానం; అప్పుడే శాస్త్రీయ ఆధ్యాత్మికత అన్నది అలవడేది.

" చిత్తవృత్తి నిరోధం "

"చిత్తస్సదమథో సాధు, చిత్తం దస్త సుఖావహం"
"చిత్తం యొక్క నిగ్రహం పరమ యోగ్యం -
నిగ్రహింపబడిన చిత్తం సుఖప్రదం"
అన్నాడు బుద్ధుడు ధమ్మపదంలో

" యోగః శ్చిత్త వృత్తి నిరోధః "
అవి అన్నారు పతంజలి మహర్షి
దివ్యచక్షువు ఉత్తేజితానికి ముందు
చిత్తవృత్తుల నిరోధం అవసరం
చిత్తవృత్తి నిరోధం అయిన వెంటనే
కుండలినీ మేలుకొనడం మొదలవుతుంది
"చిత్తవృత్తి నిరోధం" అంటే మనస్సునూ, బుద్ధినీ శూన్యం చేసుకోవడం
ఉదాహరణకు:
ధ్యాని కాని వాడి చిత్తం ..
" హైదరాబాద్ అబిడ్స్ రోడ్డు సాయంత్రం 6 గంటల సమయం "
మాదిరి గజిబిజిగా ఎప్పుడూ ఉంటుంది
అయితే, ఆనాపానసతి ద్వారా అదే చిత్తాన్ని
" హైదరాబాద్ అబిడ్స్ రోడ్డు రాత్రి రెండు గంటల సమయం"
మాదిరి నిర్మానుష్యం చేసుకోగలం
మనస్సులో వున్న పనికిరాని ఆలోచనా పరంపరల
గందరగోళం నుంచీ
రణగొణ ధ్వనుల నుంచీ ప్రశాంతమైన స్థితికి చిత్తాన్ని మళ్ళించడమే చిత్తవృత్తి నిరోధం
* **" నిశ్చల చిత్తే జీవన్ముక్తిః "**
అన్నారు కదా శంకరాచార్యులు
* **" చిత్తం నిశ్చలమైతే అదే ముక్తి "**

" చిత్రగుప్తుడు "

వాస్తవానికి ఇది " గుప్త - చిత్రం "
గుప్త = రహస్యమైన
చిత్రం = చిట్టా, రికార్డులు
" గుప్త చిత్రం " అంటే, " రహస్యమైన చరిత్రలు " అన్నమాట
" గుప్త చిత్రం " అంటే, " ఆకాశిక్ రికార్డులు " అన్నమాట
ప్రపంచంలో ప్రతీదీ సహజంగానే
అనంతపు ఆకాశతత్త్వంలో లిఖితం, చిత్రీకరణం అయిపోతూ ఉంటుంది
దివ్యదృష్టితో ఈ చిత్రపటాలను చూసి, భూత
వర్తమానాల గురించి వున్నది వున్నట్లు గానూ
భవిష్యత్ గురించి చూచాయగా, ఎంచక్కా, తెలుసుకోవచ్చు
శ్రీ వీరబ్రహ్మేంద్రస్వామి ధ్యానంలో ఈ " గుప్త చిత్రాలను "
చూసే " కాలజ్ఞానం " వ్రాయగలిగారు
అలాగే ఫ్రాన్స్ దేశానికి చెందిన నోస్ట్రడామస్ కూడా
* **ప్రతి యోగీ తన దివ్యచక్షువు ఉపయోగించుకుంటూ**
ఈ గుప్తచిత్రాల ద్వారా అవసరం అయినది తెలుసుకుంటూ ఉంటాడు

"చిరంజీవత్వం"

"చిరంజీవత్వం" అన్నది సాధ్యమే ఎందరో మహనీయులు దానిని సాధించారు
దానిని గురించి వేమన చెప్పినది:
"అకారణ విధ మెరుగుచు
చేకొని యా మూలధనము జెందుచునున్నన్
ఆకల్పాంతమును, సదా,
యే కాలము పిన్న వయస్సు ఇహమున వేమా"
"అకారణం" అంటే "దేనికైతే కారణం లేదో" . .
అంటే **"మూలచైతన్యం"** అన్నమాట
"అకారణ విధం" అంటే **"చైతన్యాన్ని తెలుసుకునే విద్య"**
"పిన్న వయస్సు" అంటే**"చిరంజీవత్వం"**
కనుక, పద్య భావం . ."ఎవరైతే **'మూల చైతన్యాన్ని'** గురించి సంపూర్ణంగా తెలుసుకుని
ఆ **'మూలధనం'** లో వృద్ధి చెందుతూ వుంటారో,వారు అకల్పాంతం వరకు, ఎల్లప్పటికీ,
'పిన్న వయస్కులు' గానే ఈ లోకంలో ఉండగలరు" అని

ఈవిధంగానే అంజనేయస్వామి గానీ, మహావతార్ బాబాజీ కానీ,
ఇంకా ఎంతో ఎంతో మంది యోగులు 'చిరంజీవులు' గా
ఇప్పటికీ భూమి మీద ఉన్నారు

లిండాగుడ్‌మాన్ వ్రాసిన "స్టార్ సైన్స్"
అనే పుస్తకంలో "చిరంజీవత్వం సాధించే విధానం"
గురించి మహా సుస్పష్టంగా వివరించి వుంది;
ఆ పుస్తకాన్ని అందరూ విధిగా చదివి తీరాలి

చీకటి బ్రతుకు - వెలుతురు బ్రతుకు

"మన వాస్తవానికి మనమే సృష్టికర్తలం" అని తెలియనివాళ్ళు ఎన్‌లైటెన్‌మెంట్ లేనివాళ్ళు, చీకటి మనుషులు. "తమ వాస్తవానికి తామే సృష్టికర్తలు" అని తేలుసుకున్నవాళ్ళే ఎన్‌లైటెన్డ్ మాస్టర్స్.

మనం పుట్టే ముందు మన పుట్టుకను మనమే ఎన్నుకుని వచ్చాం. మన లైఫ్ యొక్క ఛాలెంజెస్‌నూ మనయొక్క సమస్యలనూ, మన జీవిత సమస్యలను మనమే ఎన్నుకుని వచ్చాం. మన జీవిత వాస్తవాలకు మరెవ్వరూ కారకులు కారు. మన జీవిత వాస్తవాలకు మనమే కారకులం. మన స్వంత ఇచ్ఛతో మనం ఈ జన్మలోకి చేరాం. కనుక అలాగే పుట్టిన తరువాత కూడానూ.

మనం ఏ ఏ విధాలుగా ఎవరెవరితో వ్యవహరిస్తూంటామో ఆ యా విధాలుగా వాళ్ళ దగ్గర నుంచి ప్రతిఫలాలు పొందుతూ వుంటాం. కనుక మన వాస్తవానికి, క్షణక్షణం, మనమే కర్తలం, మనమే సృష్టికర్తలం. కనుక, "వాస్తవం ఇలా వుంది; అలా వుంది, అతను నన్ను పాడు చేశాడు, నా వాస్తవానికి అతను కారకుడు". అని అన్యుల మీద నింద మోపడం అనేది ఎన్‌లైటెన్‌మెంట్ లేని వారి స్థితి. తమ స్థితిగతులకు తామే కారకులం అని తెలుసుకుని ఎప్పటికప్పుడు నిందని గానీ, స్తుతిని గానీ తమ మీద తామే మోపుకునేవారే ఎన్‌లైటెన్డ్ మాస్టర్స్.

తమకు కలిగిన హానికి వేరొకడిని నిందించేవారు, తమకు కలిగిన లాభాలకి వేరొకరిని స్తుతించేవాళ్ళు ఎన్‌లైటెన్డ్ కానే కాదు. ఎవరి కర్మలను వాళ్ళే అనుభవిస్తుంటారు. కనుక " మనం అనుభవించే ఫలితాలు మన కర్మఫలితాలు" అనే ఒక్కగానొక్క అవగాహన కలిగి వుండి ఆ విధంగా సదా ఉన్నవాళ్ళే ఎన్‌లైటెన్డ్ మాస్టర్స్. అంతేకానీ ప్రతిదానికి కూడానూ ఇతరుల మీద నింద మోపుతూ ఉండేవారు, ఎంతమాత్రం కూడా ఎన్‌లైటెన్‌మెంట్ లేనివాళ్ళు.

ప్రపంచంలో తిరుగుతాడుతున్నాకూడానూ ప్రపంచానికి అంటకుండా ఉండేవాళ్ళే ఎన్‌లైటెన్డ్ మాస్టర్స్."ప్రపంచంలో తిరుగుతూన్నాం కదా" అని చెప్పేసి ప్రతి ప్రాణితో కూడానూ అంటబడి వుండటం అనేది ఎన్‌లైటెన్‌మెంట్ కాదు.

"తామరాకు మీద నీటిబొట్టు" లాగా ఎవరితో వున్నా కూడా", 'వున్నాం' కానీ 'అంటి వుండ' లేదు" అన్న పరిస్థితి కలిగి వున్నవాళ్ళే ఎన్‌లైటెన్డ్ మాస్టర్స్. బంధాలలో ఇరుక్కుని కనబడిన ప్రతిదానితో, వున్న ప్రతిదానితో విడదీయలేని ముడి కలిగి వుండడం అనేది వెలుగుకూ, దివ్యజ్ఞానానికి, దివ్యప్రకాశానికీ, ఎన్‌లైటెన్‌మెంట్‌కూ పూర్తి విరుద్ధం.

ఎందులో అయిన ఉండవచ్చు కానీ దేనితోనూ ముడిపడి ఉండరాదు; ముడిపడిపోతే ఆ ముడి తీయడం చాలా కష్టం. సరిగ్గా ముడి తీయడం చేతకాకపోతే ఆ ముడి గట్టి పడిపోతుంది.అంతేకానీ అది, ఆ ముడి విడివడదు.ప్రతిదానితో ఓ అనుబంధం కలిగి వున్నామే కానీ ముడిపడి ఉండవద్దు. ఆ ముడిపడి ఉండడమే 'చీకటి బ్రతుకు' అంటే. దేనితోనూ ముడిపడి ఉండకుండా ఉండడమే 'వెలుతురు బ్రతుకు' అంటే.

"చేత - వ్రాత"

"వ్రాత వెంట గానీ వరమీడు దైవంబు;
'చేత' కొలది గానీ 'వ్రాత' రాదు
వ్రాత కజుడు కర్త, చేతకు దా గర్త;
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ!"

"వ్రాత" అంటే "విధి"
"చేత" అంటే "స్వీయ స్వేచ్ఛాకర్మ"

మనం చేసే కర్మలే మన 'వ్రాత' గా మారుతాయి;
మన చేతల ప్రకారమే
మనకు 'అదృష్ట','దురదృష్టాలు' సంభవిస్తాయి;
మన పూర్వకర్మల ప్రకారం
మనం అనుభవించవలసింది మనం పుట్టే ముందు
మనమే నిర్ణయించుకుని పుడతాం;
అవే "ప్రారబ్ధ కర్మలు"
దీనినే "వ్రాత కజుడు కర్త" అని వేమన నిర్వచించాడు
"అజుడు" అంటే "అజ" . . "పుట్టక ముందు" అన్నమాట
మన చేతలకు ఎప్పుడూ మనమే కారకులం
మన వర్తమానమే కర్మలు ఎప్పుడూ మన చేతులలోనే వుంటాయి
దీనినే "చేతకు దా గర్త" అని యోగివేమన విశదీకరించారు.
కనుక, మన ప్రారబ్ధాన్ని సంతోషంగా స్వీకరిస్తూ,
మన వర్తమానాన్ని ఎప్పటికప్పుడు ధర్మయుక్తంగా, జ్ఞానయుక్తంగా,
యోగయుక్తంగా ఉండేటట్లు తీర్చిదిద్దుకుంటూ వుండాలి.

"చాతుర్వర్ణాలు"

అంతర్ గుణాలను బట్టి, బహిర్ కర్మలను బట్టి ప్రజలనందరినీ నాలుగు రకాలుగా విభజించవచ్చును

పురుషార్థాలు	- కామ	అర్థ	ధర్మ	మోక్ష
ఉపాధి	- శరీరం	మనస్సు	బుద్ధి	ఆత్మ
గుణాలు	- తమో	రజో	సత్వ	నిర్గుణం
గీతాశ్లోకం	- ఆర్తుడు	అర్థార్థి	జిజ్ఞాసువు	జ్ఞాని
యోగాలు	- భక్తియోగం	కర్మయోగం	జ్ఞానయోగం	ధ్యానయోగం
కీటక దశలు	- అండదశ	లార్వాదశ	ప్యూపాదశ	సీతాకోకచిలుకదశ
వర్ణం	- శూద్ర	వైశ్య	క్షత్రియ	బ్రాహ్మణ
రామాయణం	- కుంభకర్ణ	రావణ	విభీషణ	శ్రీరామ

శరీర స్థాయిలో మాత్రమే జీవితాన్ని గడిపేవాడు **"శూద్రుడు"**
శరీర, మనో స్థాయిలు .. రెండింటిలో జీవితాన్ని గడిపేవాడు**"వైశ్యుడు"**
శరీర, మనో, బుద్ధి స్థాయిలు ... మూడింటిలో జీవితాన్ని గడిపేవాడు**"క్షత్రియుడు"**
శరీర, మనో, బుద్ధి, ఆత్మ ... అన్ని స్థాయిలలోను జీవితాన్ని గడిపేవాడు**"బ్రాహ్మణుడు"**

మనిషి తన జన్మపరంపరలో క్రమక్రమంగా ఈ నాలుగు పరిస్థితులనూ అనుభవించి,
జనన-మరణ చక్రంలోంచి చివరికి విముక్తడవుతాడు..ఎన్ని తక్కువ జన్మలలో పాఠాలన్నీ నేర్చుకుంటాడు
అనేది వారి వారి తెలివితేటలను బట్టి, దీక్షను బట్టి వుంటుంది.

"చాతుర్వర్ణం మయా సృష్టం గుణ కర్మ విభాగశః|
తస్య కర్తారమపి మాం విద్ధ్యకర్తారమవ్యయమ్ ||"
"జన్మనా జాయతే శూద్రః కర్మణా జాయతే ద్విజ" అన్నది మనుస్మృతి;
"పుట్టుకతో ఎవడైనా శూద్రుడే; చేసే పనుల (కర్మలు) ద్వారా
మాత్రమే ద్విజుడౌతాడు" అని అర్థం
"న జచ్చా హొూతి బ్రాహ్మణో" అన్నాడు బుద్ధుడు:
అంటే, "జన్మ ద్వారా ఎవ్వడు బ్రాహ్మణుడు కాడు" అని అర్థం

చతుర్ముఖేన బ్రహ్మః "

" బ్రహ్మకు నాలుగు ముఖాలు " అంటారు
" అహం బ్రహ్మాస్మి " అనే వేదవాక్కు ప్రకారం
" అహం " అంటే " బ్రహ్మ "
" నేను " అనేదే " బ్రహ్మ "
" నేను " అంటే " ఆత్మపదార్థం " అన్నమాట
" చతుర్ముఖాలు " అంటే నాలుగు ద్వారాలు
ఈ ' నేను ' ను చేరుకోవడానికి నాలుగు ద్వారాలు వున్నాయి
నాలుగు మార్గాలే నాలుగు ' ముఖాలు '
" నేను " అనేది నాలుగు తత్త్వాలుగా ప్రస్ఫుటమవుతోంది
అవే - " మనో, బుద్ధి, చిత్త, అహంకారాలు "ఒకే వ్యక్తి, తండ్రితో ఉండేటప్పుడు " కొడుకు " అనీ మరి కొడుకుతో ఉండేటప్పుడు " తండ్రి " అనీఅదే సోదరుడితో ఉండేటప్పుడూ " సోదరుడు " అనీ మనుమడితో ఉండేటప్పుడు " తాత " అనీ వ్యవహరించబడినట్లు
ఒకే " నేను " వివిధ పరిస్థితులలో విభిన్న వస్తువులుగా
పరిగణింపబడుతోంది అన్నమాట*

సంకల్ప వికల్పాలు చేసేటప్పుడు " మనస్సు " గా
నిత్యానిత్యాలను, మంచిచెడులను చెప్పేటప్పుడు " బుద్ధి " గా
నిరంతర చింతన చేసేటప్పుడు " చిత్తం " గా
' నేను ', ' నాది ' అనేటప్పుడు " అహంకారం " గా
" ఆత్మపదర్థాన్ని " అంటే " నేను " ను మనం వివరిస్తాం

" చావు " .. " నిద్ర " .. " ధ్యానం "

" చావు " .. " నిద్ర " .. " ధ్యానం "
ఇవన్నీ కూడా దగ్గర దగ్గరగా ఒక్క లాంటివే
ఇవన్నీ కూడా
మన స్థూలశరీరాన్ని మనం వదిలే చర్యలే
శాశ్వతం గానో, అశాశ్వతం గానో
మరి పూర్తిగానో, కొద్దిగానో .. మరి తెలిసో, తెలియకో

" చావు " లో మనం శాశ్వతంగా శరీరాన్ని వదిలివేస్తాం
" నిద్ర " లో మనకు తెలియకుండా శరీరం నుంచి బయటకు
వచ్చి కొన్ని గంటల తరువాత తెలియకుండానే తిరిగి శరీర ప్రవేశం చేస్తాం
" ధ్యానం " యొక్క పరాకాష్ఠ లో మనం పూర్తి ఎరుకతో శరీరం వదిలి
సూక్ష్మదేహ యాత్రల తరువాత పూర్తి జ్ఞానంతో
తిరిగి స్థూలదేహ ప్రవేశం చేస్తాం

***ధ్యానం వలన నిద్రావస్థలో చేసే యాత్రలు**
అధికంగా జ్ఞాపకం వుంటాయి
***అంతేకాకుండా ఆ యాత్రలు ఎక్కువ**
ఉపయోగకారిగా కూడా వుంటాయి
***ధ్యానం ద్వారా మరణాంతర జీవితం గురించి**
మనకు పూర్తిగా అర్థం అవుతూ వుంటుంది.

" బుద్ధుని ప్రకారం 'బ్రాహ్మణుడు' "

నిర్వాణ స్థితి పొందినవాడే బ్రాహ్మణుడు
బుద్ధుదు ధమ్మపదంలో "బ్రాహ్మణుణ్ణి" ఈ క్రింది విధంగా నిర్వచించాడు:
"న చాహం బ్రాహ్మణం బ్రూమి, యోనిజం, మత్తి సంభవం"
- (న చాహం బ్రాహ్మణం బ్రవీ, యోనిజం మాతృ సంభవమ్) (సంస్కృతం)
"కేవలం బ్రాహ్మణి ఐన తల్లి గర్భంలో జన్మించిన వానిని నేను 'బ్రాహ్మణుడు' అనను"
"పుబ్బే నివాసం యో వేది, సగ్గాపాయఞ్చ పస్సతి
అథో జాతిక్ఖయం పత్తో, అభిఞ్ఞావోసితో ముని
సబ్బవోసితవోసానం, తమహం బ్రూమి బ్రాహ్మణం"
- (పూర్వం నివాసం యో వేద, స్వర్గా పాయఞ్చ పశ్చతి
అథ జాతిక్షయం ప్రాప్తో, అభిజ్ఞావ్యవసితో ముని
సర్వవ్యవసితావసానం, తమహం బ్రవీమి బ్రాహ్మణమ్ (సంస్కృతం)
"పూర్వజన్మ జ్ఞానం కలవాడు; జ్ఞాననేత్రంతో స్వర్గాన్నీ నరకాన్నీ, చూసేవాడు;
జన్మరాహిత్యం పొందినవాడు;   అభిజ్ఞా (దివ్యజ్ఞాన) పరాయణుడు,
ముని, కృతకృత్యుడు అయినవాడినే నేను 'బ్రాహ్మణుడు'అని అంటాను"

బుద్ధియోగం ధ్యానజీవితం

ఎంత భాగ్యమో, ఎంత సౌఖ్యమో
బుద్ధ యోగము, ధ్యాన జీవితము
మైత్రీ దాయకము - క్షాంతి పూరితము
కరుణా ధామము - అహింసా ధర్మము
ఆనాపానసతి – హంసయానము
కర్మక్షాళనము - దివ్య నేత్రము
నిర్వాణాత్మకము – శూన్యభావము
ప్రజ్ఞాకారకము – మధ్యేమార్గము
ఎంత భాగ్యమో, ఎంత సౌఖ్యమో
బుద్ధ యోగము, ధ్యాన జీవితము

బుద్ధం శరణం గచ్ఛామి

జన్మ జన్మలకూ బుద్ధం శరణం గచ్ఛామి అన్న సూత్రం తప్ప అన్యధా శరణం నాస్తి. ఎవరికైనా, ఏలోకంలోనైనా.
మానవుడి మొదటి జన్మలలో అయినా సరే, మానవుడి మధ్య జన్మలో అయినా సరే, మానవుడి చివరి జన్మలలో అయినా సరే బుద్ధం శరణం గచ్ఛామి అన్న సూత్రం తప్ప వేరే శరణు అసంభవం.
ఎందుకంటే, పిల్లల నుంచి వృద్ధుల వరకూ, పామరుల నుంచి పండితుల వరకూ, సామాన్యుల నుంచి అసామాన్యుల వరకూ, శైశవాత్మల నుంచి వృద్ధాత్మల వరకూ - అందరికీ సరిసమానంగా వర్తించేదీ, అందరినీ సరిసమానంగా వృద్ధి పరిచేదీ తప్పితే విశ్వసృష్టి లో మరొకటి లేదు.

బుద్ధుడి ప్రతి పలుకూ దివ్యం, దివ్యం.
బుద్ధుడి ప్రతి చూపూ దివ్యం, దివ్యం.
బుద్ధుడి ప్రతి కదలికా దివ్యం, దివ్యం.
బుద్ధుడి ప్రతి మౌనమూ దివ్యం, దివ్యం.
బుద్ధుడు ఆచరించిన ధ్యానమే ధ్యానం.
బుద్ధుడు ప్రవచించిన జ్ఞానమే జ్ఞానం.
బుద్ధుడు జీవించిన జీవనమే జీవనం.
పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ ధ్యానుల ధ్యాన రీతీ, జ్ఞాన రీతీ, జీవన తీరూ ఆ గౌతమ బుద్ధుని ధ్యాన రీతీ, జ్ఞాన రీతీ, జీవన రీతులలో సరిసమానంగా తూగగలగాలి.
తత్ లక్ష్య సాధనకే మన అందరి జీవితం అంకితం.

బుద్ధం శరణం గచ్ఛామి.
బుద్ధం శరణం గచ్ఛామి.
బుద్ధం శరణం గచ్ఛామి.

" ౖభోగి .. భ్యోగి "

" భోగి " + " రోగి " = " ౖభోగి "

" ౖభోగి " అంటే " భోగం,రోగం రెండూ కలగలిపి ఉన్నవాడు "

ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం, మరి సరియైన జీవనసరళి అన్నవి తెలియని వాళ్ళే " ౖభోగులు "

నూటికి 99.99% మానవులు రోగాలనూ, భోగాలనూ సరిసమానంగా

" రాత్రి-పగలు " గా అనుభవిస్తుంటారు " ౖభోగులు "

ఈ " ౖభోగులు " - " రోగాలు రావడం ప్రకృతి సహజం " అనుకుంటారు

వారికి " అనుక్షణ భోగత్వం " గురించి తెలియదు

ఇకపోతే

" భోగి " + " యోగి " = " భ్యోగి "

" భ్యోగి " అంటే " భోగం, యోగం రెండూ కలగలిపి ఉన్నవాడు "

ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానులై, సరియైన ప్రాపంచిక జీవన సరళిలో ఉన్నవారే "భ్యోగులు"

నిజానికి భోగమే అందరూ వాంఛించేది, అదే అందరి గమ్యమూనూ

కానీ నూటికి 99.99% అనుక్షణ భోగులుగా వుండే మార్గం కానలేరు

" మన పాపాలే మన రోగాలు " అని యోగులకు మాత్రమే తెలుసు

" యోగం ద్వారానే సర్వరోగాలూ పోతాయి " అని కూడా వారి స్వీయ అనుభవం

" యోగం " అంటే " అనుసంధానం " అంటే " స్వీయ పూర్ణాత్మతో తాదాత్మ్యం "

" నేను వేరే, మిగతావి వేరే " అనే భావన ఉన్నప్పుడు, అదే " అజ్ఞానం "

" మిగతా వాళ్ళను అణగద్రొక్కితేనే నేను బాగుంటాను " అన్నదే " విశేష అజ్ఞానం"

అలాంటి భావనలు వున్నప్పుడు ఆ విధంగానే జీవించినప్పుడు ..

మరి రోగాలు తప్పకుండా వచ్చి తీరుతాయి

అయితే ధ్యానయోగసాధన ద్వారానే అలాంటి అజ్ఞానపు భావనలు మౌలికంగా

తొలిగిపోతాయి .. అప్పుడు ఇంక మిగిలేది విరాజిల్లేది, క్షణ క్షణ భోగమే

* **యోగి కాకముందు ప్రతి ఒక్కరూ ౖభోగి**
* **యోగి అయిన తరువాత అందరూ భ్యోగులే**
* **యోగీశ్వరుడే భోగేశ్వరుడు**

" బ్రహ్మమానస పుత్రులు "

ఎప్పుడైతే మనం కూడా పూర్ణాత్మ స్థితికి చేరగలమో చేరుతామో
అప్పుడు మనం కూడా మనలో నుంచి అంశలను వేరుగా ఏర్పరచగలం
వీరే " బ్రహ్మ - మానస పుత్రులు "
అప్పుడు మనం కూడా వాళ్ళను ' క్రింద ' వున్న కారణలోకాలకు పంపి
ఒకప్రక్క మన స్వంత పనులను మనం చూసుకుంటూనే
మరోప్రక్క వారి బాగోగులను కూడా చూసుకుంటూ ఉండడం జరుగుతుంది

వీరు కూడా యథావిధిగా
" జనన - మరణ చక్రం " లో చేరి పాఠాలన్నీ నేర్చుకోవలసిందే
ఎవరి స్వేచ్ఛ ప్రకారం వారు విహరిస్తూ వుంటారు ..
విధిగా పురోగమిస్తూనే వుంటారు.
మనం పూర్ణాత్మలుగా మారిన తర్వాతే మన స్వంత
మానస పుత్రులను సృష్టించడం సాధ్యమవుతుంది
***ప్రతి పూర్ణాత్మా ఒకానొక ' బ్రహ్మ '**
అందుకే మానసపుత్రులు " బ్రహ్మ మానస పుత్రులు "

"బ్రహ్మవిహారాలు"

బుద్ధుడు నిర్దేశించిన సరైన ప్రవర్తనా సూత్రాలు ఇవి
ఒక బ్రహ్మజ్ఞాని సమాజంలో చరించే పద్ధతులు తెలిపే సూత్రాలు ఇవి:

1. మైత్రి   :మనకన్నా ఆర్థికంగా ఉన్నత స్థాయిలో ఉన్నవారి పట్ల
2. కరుణ   : మనకన్నా ఆర్థికంగా తక్కువ స్థాయిలో ఉన్నవారి పట్ల
3. ముదితం: మనకన్నా ఆధ్యాత్మికంగా ఉన్నత స్థాయిలో ఉన్నవారి పట్ల
4. ఉపేక్ష   :మనకన్నా ఆధ్యాత్మికంగా తక్కువ స్థాయిలో ఉన్నవారి పట్ల

ఏ లోకంలో నైనా, ఏ కాలంలో నైనా, బుద్ధుళ్ళు, ఆత్మజ్ఞానులు ఒకే విధంగా చరిస్తారు. వారి శాస్త్రీయ సంఘు వ్యవహార పద్ధతులే బ్రహ్మ విహారాలు

బ్రహ్మపదం త్వం ప్రవిశ విదిత్వా

ప్రకృతి అన్నది శాశ్వతాశాశ్వతాల అద్భుత కలయిక. ప్రకృతిలోని శాశ్వతత్వమే పురుషుడు. ప్రకృతిలోని అశాశ్వతత్వమే నామరూపాలు.

సదా శాశ్వతమైన పదార్థమే ఆత్మ.
అశాశ్వతమైన పదార్థమే అనాత్మ.
అనాత్మ అన్నది సూక్ష్మ, కారణ ప్రకృతుల సమూహం.
ముక్తి లభిస్తూనే కారణ శరీరం కూడా హుళక్కి.
భౌతికకాయంలో వున్నంత, సేపూ మరి, చనిపోయిన తర్వాత, ఈ రెండు పరిస్థితుల లోనూ వుండేది సూక్ష్మశరీరం ... అంతవరకే దాని అస్తికత.
సూక్ష్మ శరీర మరణ సమయం ఆసన్నమవగానే సూక్ష్మశరీరం హుళక్కి.
ఇకపోతే స్థూల శరీరంలో వున్న అవస్థలు గర్భంలో అండంగా మొదలై పిండంగా రూపుమారి, శిశువు గా అవతరించి, బాల్యంలో ఎగరలాడి, యవ్వనంలో మిరుమిట్లు గొలిపి, ప్రౌఢత్వంలో నిలద్రొక్కుకుని వృద్ధాప్యం లో జారగిలబడి, మరణ సమయం లో అంతమవుతుంది స్థూల శరీరం.

ఇంకొంచెం సూక్ష్మంగా చూస్తే స్థూలశరీరం అన్నది కోటానుకోట్ల కణాల సముదాయం. అనుక్షణం కోటానుకోట్ల కణాలు ఒక ప్రక్కన పుడ్తూంటాయి.మరొక ప్రక్కన మరణిస్తూంటాయి.
ఇప్పుడున్న కణం మరొక మిల్లీమైక్రో సెకనులో వుండకపోవచ్చు.
వున్నదంతా ఎప్పుడూ నిరంతరంగా మారుతూ వుండేదే.
ప్రకృతిలో స్థిరత్వం చూడబోవడమే అజ్ఞానికి చిహ్నం.
ప్రకృతి యొక్క నిత్యనూతనత్వమే ప్రకృతి యొక్క శోభ. ప్రకృతి యొక్క రమణీయత. ప్రకృతి యొక్క ఆకర్షణ. ప్రకృతి యొక్క రసకందాయం.

వెలుపల వున్న నామరూపాలే మహా అశాశ్వతమనీ, పొరలు పొరలుగా లోపలికి పోతున్నకొద్దీ సూక్ష్మం స్థూలం కన్నా ఒకింత ఎక్కువ శాశ్వతమనీ కారణం సూక్ష్మం కన్నా మరీ ఎక్కువ శాశ్వతమనీ అసలైన శాశ్వతమైన పదార్థం ఒక ఆత్మేనని గ్రహించడమే జ్ఞానం.

ప్రకృతి అంతా మాయమయం.
అంటే, భూత, భవిష్యత్, వర్తమాన కాలాల్లో అసమానంగా వుండేది.
ఆదిశంకరాచార్యులు అన్నారు;
మాయమయమిద మఖిలం భూత్వా,
బ్రహ్మపదం త్వం ప్రవిశ విదిత్వా. ...

అంటే,ఈ సర్వ ప్రకృతి అంతా కూడా మాయామయమైనది;
ఈ విషయాన్ని సదా స్ఫురణలో వుంచుకోవడమే బ్రహ్మపదంలో ప్రవేశించడమంటే అని.
పిరమిడ్ మాస్టర్స్‌కు ఈ విషయం చక్కగా తెలుసు; అందుకే, ఏ మార్పుకూ ఆశ్చర్యపడరు వారు.
ప్రతీదీ ఒక ప్రక్క నుంచి వస్తూ, ఇంకొక ప్రక్క నుంచి పోతుంది అని వారికి మా బాగా తెలుసు.
పురుషుడు ఎప్పుడూ ఏదేని ఒక ప్రకృతిలో నివసించేవాడే కనుక, ప్రతి ప్రకృతీ కొద్దిగానో, లేక ఎక్కువగానో, లేక పూర్తిగానో అశాశ్వతమే కనుక, వున్న ప్రకృతిలో ఒక ప్రక్క ఎంత నిమగ్నులయి వున్నా; మరో ప్రక్క వస్తే రానీ, వుంటే వుండనీ, పోతే పోనీ, అన్న తత్త్వాన్ని పూర్తిగా వంటపట్టించుకున్నవారే - పిరమిడ్ మాస్టర్స్.

పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ అతి క్లిష్ట తరమైన దానిని అతి సులభ సాధ్యం చేసుకున్నారు పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ.

అందరూ బ్రహ్మవేత్త లయిపోయారు.
అందరూ బ్రహ్మపదాన్ని అధిష్ఠించారు.

బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ సూక్తులు

*** "నోటిలోని మాటే నుదిటి మీద వ్రాత"**

*** "కూసంత శ్వాస-కొండంత సంజీవని"**

*** "సకలప్రాణికోటితో మిత్రత్వమే బుద్ధత్వం"**

*** "సత్యాన్ని ప్రేమించు .. సత్యమంటే ధ్యానమే"**

*** "శారీరకంగా జీవించు .. శరీరంలో ఆత్మగా జీవించు"**

*** "ఎవ్వరినీ నీ బానిసలుగా చేయకు - ఎవ్వరికీ నీవ్వు బానిసవు కారాదు"**

*** "సత్యం ఒక రేకు పద్మం కాదు - సత్యం వేయి రేకుల పద్మం .. సత్యం వేయి పడగలపాము**

*** "'నైతిక విలువలు' అన్నవి - ఆధ్యాత్మిక విలువల ద్వారానే సంభవం ..**

ముందస్తుగా ఆధ్యాత్మక సాధన - అందులోనే నైతిక విలువల వెల్లువ"

*** "గతాన్ని బట్టి ఉండరాదు - భవిష్యత్తున్నించి నేడు ఉద్భవించాలి"**

*** "పొరపాట్లే ఉన్నాయి గాని - గ్రహపాట్లు లేవు"**

* "చేయవలసినవి చేస్తే - పొందవలసినవి పొందుతాం"

* "ఒకే మాటను రెండుసార్లు పలుకరాదు .. ఒకే వాఖ్యానాన్ని మళ్ళీ మళ్ళీ చెప్పరాదు"

* "ప్రపంచంలో మూర్ఖత ఏదైనా ఉంటే అదే - చెప్పిందే చెప్పడం 'పాచిపళ్ళ దాసరి' లాగా"

* "పలికిన పలుకు పలకకు - పలకని పలుకు పలుకు"

* "ప్రతి మనిషిలోనూ ప్రత్యేకత వుంటుంది .. అందరిలోనూ విశేషమైన ప్రత్యేకతలుంటాయి"

* "నైతిక విలువలు" అంటే?. . ఇతరుల విషయాలలో- జోక్యం చేసుకోకపోవడం .. మూడో మనిషి గురించి మాట్లాడుకోకపోవడం"

* " తల్లిదండ్రులను గౌరవించడం అంటే? .. దేహపరంగా వారికి సేవ చేయడం ..

అంతేగానీ వారు చెప్పిన ప్రతీదీ ఏమాత్రం ఆలోచించకుండా .. ఆచరించడం కాదు"

* "పంచుకున్నది పెంచబడుతుంది - దాచుకున్నది దోచుకోబడుతుంది"

* "వస్తే రానీ .. ఉంటే ఉండనీ .. పోతే పోనీ"

* "లేనిది కోరరాదు - వచ్చేది వద్దనరాదు"

"బ్రహ్మజ్ఞానం-ఇంద్రియవశం"

"రుచం బ్రహ్మం జనయంతో దేహ్ అగ్రే తదబ్రువన్,
యస్త్వైవం బ్రాహ్మణో విద్యాత్తస్య దేవా అసన్ వశే" - యజుర్వేదం (31-21)

రుచం =ప్రీతికరం

బ్రహ్మం =బ్రహ్మణోపత్య మివ బ్రహ్మణః సకాశా జ్ఞాతం జ్ఞానం

జనయంత=ఉత్పాదయంతో

దేవా =విద్వాంసః

వాబ్రువన్ =బ్రువంతూపదిశంతుచ

యస్త్వై =యమునా ప్రకారేణ తద్ బ్రహ్మ

బ్రాహ్మణో =విద్యాత్ పశ్చాత్ స్త్వైవ

బ్రహ్మవిదో =బ్రాహ్మణస్య

దేవా =ఇంద్రియాణి

వశే =అసన్ భవంతి నాన్యస్యేతి

ఆనందదాయకం; "బ్రహ్మజ్ఞానం ఆనందదాయకం
అది మనుష్యులకు బ్రహ్మం లో రుచి ని పెంచుతుంది;
ఆ బ్రహ్మజ్ఞానాన్నీ, దాని సాధనాలనూ,
విద్వాంసులు ఇతర మానవులకు ఉపదేశించి వారినీ ఆనందింప చేస్తారు.
ఏ మనుష్యుడు ఈ విధంగా బ్రహ్మంను తెలుసుకుంటాడో

అలాంటి విద్వాంసుడికి మనస్సు మొదలయిన ఇంద్రియాలన్నీ వశంలో ఉంటాయి; ఇతరులకు వుండవు"
- స్వామి దయానంద - పండిత గోపదేవ్ ఆధారంగా

బ్రహ్మానంద స్థితి

సంసారిక జీవితం అధ్యాత్మిక ఉన్నతికి అవరోధం కాదు.

చిత్తవృత్తిని నిరోధం చేసినవాడే యోగి అవుతాడు. సత్యాన్ని ప్రదర్శించేవాడే ద్రష్ట అవుతాడు. స్వానుభవం ద్వారానే ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందుతాం. మానవులలో ఎవరైతే ధ్యానం చేసి దివ్యచక్షువును ఉత్తేజితం చేసుకుంటారో అతనే' శివుడు '. మనస్సులోని ముక్తి మరొకచోట దొరకదు. స్నానం ద్వారా దేహశుద్ధి కలుగుతుంది; పానం ద్వార దాహం తీరుతుంది. మంత్రం ద్వారా ఉచ్చారణ సరిగ్గా వుండి వాక్కు పటిష్టం అవుతుంది. ధ్యానం ద్వారా దేవుడే దిగి వస్తాడు.

సహస్రార స్థితే బ్రహ్మానంద స్థితి. ధ్యానుల జీవిత లక్ష్యం సహస్రార స్థితిలో స్థితమవడం.

ఎలా అయితే 'నేను భారతీయుడిని 'అని చెప్పుకుంటామో 'నేను దేవుడిని ' అని చెప్పుకునే స్థితికీ అందరూ రావాలి. త్రికరణ శుద్ధితో సాధన చేయడం ద్వారానే ఏదైనా సాధ్యమవుతుంది.

"బ్రహ్మచర్యం"

"భూరితి బ్రహ్మః"
"భూ" అంటే "అన్నింటికంటే గొప్పదైనది"

ఏమిటి అన్నింటికన్నా గొప్పఅయినది? ?
అన్ని పనులనూ 'యుక్తం' గా, తగినట్టుగా, చేయడమే
నిజానికి అన్నింటికంటే 'గొప్పదైనది'

ఏ పనినైనా
ఏ మాత్రం ఎక్కువగా కానీ, ఏ మాత్రం తక్కువగా కానీ ఎప్పుడూ చేయరాదు
ఏ పనినైనా ఏ మాత్రం ముందుగా కానీ, ఏ మాత్రం ఆలస్యంగా కానీ
ఎప్పుడూ చేయరాదు.
ఆ విధంగా ఎప్పుడూ 'యుక్తం' లో చరింపబడడమే,
"బ్రహ్మచర్యం" అంటే

అంతేకానీ,
"బ్రహ్మచర్యం" అంటే . .
"స్త్రీ - పురుష సంపర్క రాహిత్యం" కాదు ;
"బ్రహ్మచర్యం" అంటే
'దాంపత్య రాహిత్యం', 'శృంగార రాహిత్యం' ఎంతమాత్రం కాదు
శృంగారానికి దూరంగా వుండడం ప్రకృతి విరుద్ధం
అయితే, దేనిలోనైనా యుక్తంగానే వుండాలి.

అన్నింటిలో యుక్తం గా మెలగటమే బ్రహ్మచర్యం

భూలోకంలో మానవజన్మ ఒక 'crash course' వంటిది

ప్రతి పిరమిడ్ మాస్టర్ తమ తమ స్థోమతకు తగ్గట్లు ధ్యానం చేయటానికి పిరమిడ్ నిర్మించుకోవాలి.

అలాగే ప్రతి పిరమిడ్ మాస్టర్ తప్పనిసరిగా తన స్వానుభవాలతో ఒక పుస్తకం వ్రాయాలి. ఒక్కోక్క పిరమిడ్ మాస్టర్ ఒక్కోక్క గ్రామం దత్తత చేసుకుని ధ్యాన, జ్ఞానం బోధ చేయాలి... అది ప్రతి పిరమిడ్ మాస్టర్ యొక్క విద్యుక్త ధర్మం.

ప్రతి మనిషిలో వున్న షట్చక్రాలు ఆ మనిషి స్థాయిని తెలియచేస్తాయి. మూలధార, స్వాధిష్టాన, మణిపూరక చక్రాల స్థాయిలో వున్న మనిషి "దేవుడు ఎక్కడో బయట వున్నాడు" అని వెతుకుతడు. అలాగే అనాహత,విశుద్ధ ఆజ్ఞా చక్రాల స్థాయిలో ఉన్న మనిషి "దేవుడు నాలోనే వున్నాడు" అని వెతుకుతాడు ... అయితే సహస్రార స్థాయిలో వున్న మనిషి "నేనే దేవుడు" అని తెలుసుకుంటాడు. ఇంద్రియాలను జయించిన వాడే ఇంద్రుడు.

1987 సంవత్సరం నుంచి 2012 వరకు భూమి యొక్క ఫ్రీక్వేన్సీలో వచ్చిన పెనుమార్పుల కారణంగా ఎక్కువశక్తి తరంగాలు విడుదల అవుతున్నందున ప్రతివారు ఇతోధికంగా ధ్యానం చేయాలి మరి చేయించాలి. ఈ పిరియడ్ లో ప్రతి మనిషికీ ... మెడిటేటర్ అయినా, కాకపోయినా రకరకాల బాడీ పెయిన్స్ వస్తాయి... అవి అన్నీ కూడా ధ్యానం చేయటం ద్వారా నిర్మూలించుకోవాలి. 2000 సంవత్సరం ముందు పుట్టిన పిల్లలందరు కర్మఫలాలు అనుభవించటానికి పుట్టారు. 2000 సంవత్సరం తరువాత పుట్టిన పిల్లలందరూ"INDIGO Children" … వారు విశుద్ధకర్ములు... వారికి కర్మఫలాలు ఉండవు. అలాగే 2012 తరువాత జన్మించిన పిల్లలందరూ "GOLDEN Children" ... అంటే పరమాత్మలే డైరెక్ట్‌గా జన్మిస్తారు. ఆత్మని ఉద్ధరించుకోవటానికి భులోకంలో మానవజన్మ 'Crash Course' వంటిది.

"భక్తులుగా దేవాలయంలోకి వెళ్ళి .. భగవంతులుగా రావాలి "

" 2012 సంవత్సరంలో ఉగాది చాలా శ్రేష్ఠమైంది ; ఎన్నో సంవత్సరాలనుంచి .. '1999 మొట్టమొదటి యుగాంతం అన్నారు '. ' 2012రెండవ యుగాంతం ' అన్నారు. నిజమే అయితే ఈ రెండు యుగాంతాల గురించి మనం తెలుసుకోవాలి.

" 1987 + 25 = 2012 .. "

" అంటే, 1987 నుంచి 25 సంవత్సరాలకు 2012 వస్తుంది. సరిగ్గా మధ్యలో 1999 వస్తుంది. ఆ రోజుల్లో డా||వేదవ్యాసగారు 1999సంవత్సరాన్నే కలియుగాంతం అన్నారు. ' కలి ' అంటే .. ' అంధకారం ' అంటే ' అజ్ఞానం '. ' కలియుగాంతం ' అంటే అంధకారం వంటి అజ్ఞానంతో కూడిన యుగం అంతం కాబోతుంది ' .. మరి అందుకోసం 25 సంవత్సరాలు సమయం పడుతుంది. ఇది అంతా ఖగోళ శాస్త్రానికి సంబంధించింది.

" చంద్రుడు భూమి చుట్టూ తిరుగుతాడు .. మరి సూర్యుడి చుట్టూ భూమి తిరుగుతోంది, ఈ సూర్యమండలం అంతా కలిసి ' అల్సియోన్ ' అనే నాల్గవ తలంలోని నక్షత్రం చుట్టూ తిరుగుతోంది. ఆల్సియోన్ .. ' గెలాక్టిక్ కేంద్రం ' చుట్టూ తిరుగుతుంది.

" భూమి సూర్యుడు చుట్టూ తిరగడానికి ఒక సంవత్సరం పడుతుంది. చంద్రుడు భూమి చుట్టూ తిరగడానికి ఒక నెల పడుతుంది. భూమి తన చుట్టూ తాను తిరగడానికి ఒకరోజు పడుతుంది. సూర్యుడు అల్సియోన్ చుట్టూ తిరగడానికి 26,000 సంవత్సరాలు పడుతుంది ; ఆల్సియోన్ తన మహాకేంద్రం చుట్టూ పరిభ్రమించడానికి కొన్ని లక్షల సంవత్సరాలు పడుతుంది.

" ఈ 26,000 సంవత్సరాలలో భూమి ఫోటాన్ బాండ్‌లోకి రెండు సార్లు ప్రవేశిస్తుంది. మన సోలార్ సిస్టమ్ 1987 వ సంవత్సరంలో ఫోటాన్ బాండ్‌లోకి ప్రవేశించి ప్రస్తుతం ఇప్పుడు 2012 సంవత్సరం డిసెంబర్ 21 నాటికి పూర్తిగా ఫోటాన్ బాండ్‌లోకి వచ్చేస్తుంది. ఇవి అన్నీ ఖగోళ శాస్త్ర సత్యాలు.

" సూర్యుడు మనకు తెలుసు .. కంటికి కనిపిస్తుంది ; అయితే ' అల్సియోన్ ' ఈ కంటికి కనిపించదు. దానిని దివ్యచక్షువు ద్వారానే తెలుసుకోగలం. అలాగె విశ్వంలో చుట్టూ జరిగేవి అన్నీ కూడా ధ్యానం ద్వారా తెలుసుకుంటాం. ' చనిపోయిన తర్వాత ఎక్కడికి వెళ్తాం ?, ' పుట్టుక ముందు ఎక్కడ వుండేవాళ్ళం ? ' అన్నవి అన్నీకూడా మనకు శ్వాస మీద ధ్యాస .. ద్వారానే తెలుసుకుంటాం.

" మన జేబులో డబ్బు ఉంది ; అయితే, మన జేబులో డబ్బు వున్న సంగతి మనకు తెలియకపోతే, అందరినీ ' డబ్బు కావాలి ' అని అడుగుతాం. అలాగే ఆత్మ వుంది ; కానీ ఆత్మ దగ్గరకు ఎలా వెళ్ళాలో తెలియదు. ఆత్మ మూయబడలేదు. తెరచుకునే వుంది. ఆత్మ దగ్గరకు చేరుకోవాలి అంటే శ్వాస మీద ధ్యాస వుంచాలి. అప్పుడు ఆత్మ యొక్క జ్ఞానం తెలుస్తుంది. ' ఏది సత్యం ? ఏది నిత్యం అన్నది ? ' తెలుసుకుంటాం. దానినే ' విచక్షణా జ్ఞానం ' అంటాం. మరి జ్ఞానం చేయవలసిన ధ్యానం చేస్తే .. పొందవలసినవి అన్నీ పొందుతాం "

" దేవాలయాలకూ, చర్చిలకూ, మసీదులకూ వెళ్ళాలి ; అక్కడికి వెళ్ళి ధ్యానం చేయాలి. వేంకటేశ్వరస్వామి గుడిలోకి భక్తుడుగా వెళ్ళాలి .. వేంకటేశ్వరుడులా బయటకు రావాలి, ఏడు శరీరాలను ఉత్తేజితం చేసుకుని రావాలి, అయ్యప్పస్వామి గుడిలోకి అయ్యప్ప స్వామి భక్తుడిలా వెళ్ళాలి ..

అయ్యప్పలా తయారయి బయటికి రావాలి, జీసస్ భక్తుడిలా చర్చిలోకి వెళ్ళాలి .. జీసస్‌లా బయటకు రావాలి.
" ముందు ప్రాపంచికంగా పరిపూర్ణంగా జీవించాలి .. తరువాత ఆధ్యాత్మికంగా పరిపూర్ణంగా ఎదగాలి. ముందు ' అర్జునుడు ' కావాలి .. ఆ తరువాత ధ్యానం చేసి ' కృష్ణుడు ' గా ఎదగాలి. " భూమి మీద ' స్వర్గం ' అన్నది అహింస ద్వారానే సాధ్యం. భూమి మీద వున్న ఆఖరి వ్యక్తి మాంసం మానేవరకు నేను భూమి మీదే వుంటాను. తెలిసి మాంసాహారం తింటే పాపం .. తెలియక మాంసం తింటే అజ్ఞానం. పాపాలు రోగాలకు మూలకారణం .. అజ్ఞానం అస్వస్థతలకు మూలకారణం.
" పై లోకాలలో అందరూ ఒకేలాగ వుంటారు. భూలోకంలోనే మనుష్యులు రకరకాల వారు వుంటారు .. ఇక్కడ అందరూ కలిసి మెలిసి జీవించడం చాలా గొప్ప విషయం. ఇక్కడ వున్న నవరసాలు అనుభవించాలి. పై లోకం నుంచి ఇక్కడకు వచ్చేది అందుకే. విశేషమైన అనుభవాలకోసమే మనం జన్మ తీసుకుని వచ్చాం. ఒకసారి పేదవాడిగా, ఒకసారి ధనవంతుడిగా, ఒకసారి స్త్రీగా .. ప్రతి ఒక్క జన్మ కూడా రకరకాల అనుభవాల పుట్ట. "

"భక్త్యో_పనిషత్"

భక్తి చాలా గొప్పది

మన శరీర ఆరోగ్యం పట్ల మనం భక్తిని కలిగి వుండాలి

మన మనోరంజనం పట్ల మనం భక్తిని కలిగి వుండాలి

మన బుద్ధివికాసం పట్ల మనం భక్తిని కలిగివుండాలి

మన నిరంతర ధ్యానాభ్యాసం పట్ల మనం భక్తిని కలిగి వుండాలి

మన ఆత్మానుభావాల పట్ల మనం భక్తిని కలిగి వుండాలి

మన వర్తమాన ఎరుక పట్ల మనం భక్తిని కలిగి వుండాలి

యమ నియమాదులన్నింటి పట్ల మనం భక్తిని కలిగి వుండాలి

మన రోజువారి దైనందిన కార్యక్రమాల పట్ల మనం భక్తిని కలిగి వుండాలి

చిన్నారుల పట్ల, పసిపాపల పట్ల మనం భక్తిని కలిగి వుండాలి

సకల విద్యల పట్ల, సకల కళల పట్ల మనం భక్తిని కలిగి వుండాలి

స్వీయాత్మ యొక్క అనంత సామర్థ్యాల పట్ల మనం భక్తిని కలిగి వుండాలి

స్వీయాత్మ యొక్క అనంతశక్తుల పట్ల మనం బక్తిని కలిగి వుండాలి

సృష్టి యొక్క అద్భుత రచన పట్ల మనం భక్తిని కలిగి వుండాలి

విశ్వంలో వున్న యోగీశ్వరులందరి పట్ల మనం బక్తిని కలిగి వుండాలి

తోటి మానవుల పట్ల మనం భక్తిని కలిగి వుండాలి

అందరి ఆరోగ్యాల పట్ల మనం భక్తిని కలిగి వుండాలి

అందరి మనోరంజన, బుద్ధివికాసాల పట్ల మనం భక్తిని కలిగి వుండాలి

సకల పశుపక్ష్యాదుల పట్ల మనం భక్తిని కలిగి వుండాలి

సకల జంతుసామ్రాజ్యం యొక్క రక్షణ, పోషణలపట్ల భక్తిని కలిగి వుండాలి

భూ ప్రకృతి సమస్తం పట్ల భక్తిభావన కలిగి వుండాలి

వాతావరణాన్ని కలుషితం చేయరాదు

వాతావరణ సహజస్థితులను పరిక్షించుకుంటూ వుండాలి

ఇతి భక్తి యోగః! ఇతి భక్తి సిద్ధాంతః   భక్తి చాలా గొప్పది మహాభక్తిని కలిగి వుందాం

" 'భక్తి' యోగం"

"యోగం" అంటే ఏదేని "సాధన"

వాస్తవానికి "భక్తియోగం" అన్నది లేనే లేదు
'భక్తి' అనేది ఓ సాధనా విషయం కాదు 'భక్తి' ఒక సిద్ధ స్థితి
"కర్మయోగం" అన్నది వుంది "రాజయోగం" అన్నది వుంది
"జ్ఞానయోగం" అన్నది వుంది
కానీ, "భక్తియోగం" అన్నది మాత్రం లేదు

కర్మయోగ సాధన చేయాలి; జ్ఞానయోగ సాధన చేయాలి;
రాజయోగ సాధన చేయాలి;
అయితే,
ఒకానొక ధ్యానయోగి అయిన తరువాత,
ఒకానొక పరిపక్వ జ్ఞాని అయిన తరువాత,
ఆ సిద్ధపురుషుడి సహజ మనోస్థితే "భక్తి"
'భక్తి' అనేది ఆత్మయొక్క పరిణామక్రమంలో అంతిమదశ యొక్క నిజస్థితి
ఈ స్థితిలో "నేను", "నా" అనేవి వుండవు
"స్వస్వరూపానుసంధానం భక్తిరిత్యభిధీయతే"
"స్వస్వరూపంతో అనుసంధానమే 'భక్తి' అని పిలువబడుతోంది"
"నేను" , "నా" అన్నది లేని స్థితే నిజమైన "స్వస్థితి"

"భక్తి" అంటే -
అన్నింటిలో మనల్ని మనం చూసుకునే స్థితి;
మనలో అంతటినీ చూసుకునే స్థితి;
'స్వ' , 'పర' భావనలు శూన్యమైన స్థితి

యోగసాధనకు ఉపక్రమించక ముందు "మూఢభక్తి" -
యోగసాధన పూర్ణమయిన తరువాత "సద్యోభక్తి"

"బాబా కాన్సెప్ట్"

మానవుడికి చేతికి ఐదు వ్రేళ్ళుంటాయి.
చిటికెన వ్రేలు ...ఉంగరపు వ్రేలు ....మధ్య వ్రేలు ..చూపుడు వ్రేలు ..బొటన వ్రేలు

ఈ ఐదు వ్రేళ్ళూ ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర పరిభాషలో మనవైన వివిధ అంశాలకు ప్రతీకలుగా ఉన్నాయి.

చిటికిన వ్రేలు > భౌతిక శరీరం

ఉంగరపు వ్రేలు > మనస్సు

మధ్య వ్రేలు > బుద్ధి

చూపుడు వ్రేలు > జీవాత్మ

బొటన వ్రేలు > సర్వాత్మ

"భౌతిక శరీరం"

ఈ భౌతిక శరీరం పాంచభౌతిక ప్రకృతి నుంచీ, తల్లిదండ్రుల నుంచీ మనకు సంప్రాప్తిస్తుంది. మన నిజస్వరూపంలో వ్యక్తమవుతున్న అతిచిన్న భాగమే మన ఈ భౌతిక శరీరం. అందుకే ఈ భౌతిక శరీరం చేతివ్రేళ్ళలోని 'చిటికెన వ్రేలు', అతి చిన్న వ్రేలుతో సూచించబడుతుంది.

మీరే చూడండి, మనం చిన్నపిల్లలుగా ఉన్నప్పుడు, తరగతి గదిలో ఉన్నప్పుడు అప్రమేయంగా భౌతిక ప్రాకృతిక అవసరానికి "టీచర్, టీచర్" అంటూ మనం చూపించిన వ్రేలు అదే కదా.

"మనస్సు"

రెండు హృదయాలు ... రెండు మనస్సులు కలిసినప్పుడు, ఒకే పౌనఃపున్యంతో అనునాదం చెంది ఉత్సాహవంతమైనప్పుడు జరిగే వివాహ బంధానికి సాక్షిగా ఉంగరాలు మార్చుకునేది ఈ రెండవదైన 'ఉంగరపు వ్రేలు'కే ... మరే వ్రేలుకూ కాదు. అందుకే ఈ రెండవ వ్రేలు "మనస్సు" కు సూచన.

"మనస్సు" ప్రధానంగా సమాజం నుంచి వస్తుంది. అంటే మనం హిందువుగా పుట్టి పెరిగితే 'హిందుత్వపు మనస్సు', క్రిస్టియన్‌గా పుట్టి పెరిగితే 'క్రైస్తవ మనస్సు' ... ఇలాగన్నమాట. స్థూలంగా మనం పెరిగిన పరిసరాల వాతావరణం లోని అలవాట్లు, అభిప్రాయాలు, నమ్మకాల సముదాయమే 'మనస్సు' గా ఎదుగుతుంది. అంతేకాదు, ఈ ఉంగరపు వ్రేలు, చిటికెన వ్రేలు కన్నా, బాగా పెద్దగా వుంటుంది కదా . . . కనుక, "ఈ 'మనస్సు' అనేది 'భౌతిక శరీరం' కన్నా చాలా ఎక్కువ ప్రాముఖ్యత కలిగి వుంది" అనే విషయాన్ని ఈ వ్రేళ్ళ పరిమాణాల్లోని తేడా చూపిస్తుందన్నమాట.

భౌతిక శరీరాన్ని పరిపాలించేదీ, అదుపాజ్ఞాలలో ఉంచేదీ ఈ మనస్సే కనుక, అలాంటి మనస్సు ' ఉంగరపు వ్రేలు ' సూచిస్తుంది.

" బుద్ధి "

మంచినీ, చెడునూ ... నిజాన్నీ, అబద్ధాన్నీ ... సరైనదాన్నీ, సరికానిదాన్నీ ... సత్యాన్నీ, అసత్యాన్నీ ... ప్రాముఖ్యతనీ, ప్రాముఖ్యతా రాహిత్యాన్నీ ... అందాన్నీ అందహీనతనీ ... విస్పష్టంగా సామాజిక ప్రభావాలకు భిన్నంగా మనకు విశదపరిచేదే మన "బుద్ధి".

"మనస్సు" మదమత్సరాల పెన్నిధి, రాగద్వేషాల సన్నిధిగా వుంటే "బుద్ధి" మాత్రం వీటన్నింటికీ అతీతంగా వుంటుంది.

జీవాత్మ యొక్క గడచిన అనేకానేక జన్మలూ, ఆ జన్మల లోని మొత్తం అనుభవాల ద్వారా వివసించిన జ్ఞాన సారాంశ పాఠమే కర్మఫలమే మన "బుద్ధి".
గతజన్మల అనుభవ జ్ఞానమే విచక్షణాశక్తికి ఉత్పత్తి కేంద్రంగా వుంటుంది. మన జీవాత్మకు వున్న భూతల జీవిత చరిత్ర సమగ్ర స్వరూపమే ఈ "బుద్ధి".

'మధ్య వ్రేలు' సహజంగానే ఉంగరపు వ్రేలు కన్నా పెద్దదిగా వుంటుంది. "బుద్ధి" సహంజగానే "మనస్సు" కన్నా గొప్పది మరి. "మధ్యేమార్గం" లో వుంచేదే "బుద్ధి" ... విపరీత ధోరణులతో ఊగిసలాడేదే "మనస్సు" . అన్ని జన్మల మొత్తం అనుభవ జ్ఞానం, ప్రత్యేకించి ఈ జన్మలోని అనుభవ జ్ఞానం కన్నా, ఇప్పటి మన సామాజిక ఆలోచనాధోరణి కన్నా సహజంగానే ... పెద్దది కదా. మధ్య వ్రేలు "బుద్ధి" ని సూచిస్తుంది.

"జీవాత్మ"

మనం ఎవరికైనా ఉద్దేశించి చెప్పేటప్పుడు, ఆ దిశగా చూపించటానికి ఉపయోగించేది కేవలం 'చూపుడు వ్రేలు' ను మాత్రమే కదా.

నిజానికి ఈ 'మనం' అనేది కేవలం భౌతిక శరీరం కాదు ; మనస్సు మాత్రమే కాదు ; కేవలం 'బుద్ధి' కూడా కాదు ; అవి అన్నీ వెరసి మన 'వ్యక్తిత్వం' 'మనం' అంటే ... యదార్థానికి ... ఆత్మస్వరూపం ... జీవాత్మ.

'మనం' అనే నిజమైన స్వరూపం . . . మన జీవాత్మే. అనంత చైతన్య సాగరంలోంచి జనించిన ఓ చిన్ని మబ్బుతునకే ... ఈ జీవాత్మ. "స్వతంత్ర ఎరుక" గా ప్రకాశిస్తున్న "నేను" యొక్క అసలు స్వరూపమే ... ఈ "జీవాత్మ".

ఈ స్వతంత్ర ఎరుకను, మన అసలైన 'నేను' ను సూచించేదే చూపుడు వ్రేలు.

"సర్వాత్మ లేదా విశ్వాత్మ"

'జీవాత్మ' కు మాతృ స్థానమే ఈ "సర్వాత్మ" లేదా "విశ్వాత్మ". మనమందరమూ భౌతికంగా, మానసికంగా ఇంకా బుద్ధిపరంగా వేరు వేరుగా, విభిన్నంగా వుంటాం.
అయితే అన్నిటికీ ఆధారమైన ఆత్మపదార్థం మాత్రం అందరిలోనూ ఒకేరకంగా ఉంటుంది. విశ్వాత్మ స్థాయిలో మనం అందరమూ " ఏక స్వరూపం " గానే వుంటాం.
అనంతంగా గల జీవాత్మలన్నింటి ఆధారం - మూలం - అపరిమిత చైతన్యంనే " విశ్వాత్మ " గా పిలుస్తారు. ఈ ఆధారం - మూలం - అపరిమిత చైతన్యమే మరో రకంగా " బ్రహ్మాత్మ " లేదా " సర్వభూతాత్మ" గా పిలవబడుతుంది.
సత్యాలకే పరమ సత్యమైన సిద్ధాంతమిలా చెప్తుంది :
" మమాత్మా సర్వభూతాత్మ "
" నాలోని ఆత్మ స్వరూపమే అన్ని జీవులలోనూ కొలువై వున్న విశ్వాత్మ స్వరూపం."

ఈ విశ్వాత్మ మన 'బొటన వ్రేలి' తో సూచించ బడుతుంది. 'విజయం' అన్నది అందుకే ఎప్పుడూ ఈ వ్రేలితోనే చూపించబడుతుంది. విశ్వాత్మ తత్త్వాన్ని తెలుసుకోవటం ద్వారా మనమంతా ఘనవిజయాన్ని సొంతం చేసుకోవటానికి పాటుపడదాం.

"బాబా ముద్ర"

"బాబా ముద్ర" లో ఉంగరపు వ్రేలు, మధ్య వ్రేలు, బొటన వ్రేలితో ముడిచి వుంటాయి. మిగిలిన రెండు వ్రేళ్ళూ ... చిటికెన వ్రేలు, చూపుడు వ్రేలు మాత్రం విడిగా, నిటారుగా వుంటాయి.
దాని భావం ఏమిటంటే ... మన ఆధ్యాత్మిక సంపదల కోసం భౌతిక శరీరాన్ని ఏ మాత్రం కష్టపెట్టనవసరం లేదు. భౌతిక శరీరాన్ని కష్టపెట్టడం సరైన పద్ధతి కాదు. అనుసరించదగింది కానే కాదు. ప్రకృతి దేవతల అపురూపమైన సహాయంతో ఈ పాంచ భౌతిక ప్రకృతి విశేషమైన సాధన వల్ల మనకు సంప్రాప్తించిన అద్భుతమైన, అనన్యమైన వరప్రసాదం.
వాస్తవానికి ఎలాంటి హఠయోగాలూ సాధన చేయనవసరంలేదు. ఎలాంటి ప్రత్యేక శీర్షాసనాలు వేయవలసిన పని లేదు.
ఇక రెండవదైన ... ఉంగరపు వ్రేలు ... అదే "మనస్సు" , మాత్రం, మనలో ఖచ్చితంగా నియంత్రించదగిన విభాగం. "మనస్సు" కు తీవ్రస్థాయిలో క్రమశిక్షణ అత్యవసరం... తగినంత ప్రక్షాళన తప్పనిసరి.
అరిషడ్వర్గాలు, అనేక రకాల సామాజిక మూర్ఖత్వాలూ అన్నీ ఈ "మనస్సు" వల్లనే మన నుంచి బయటకు ప్రతిబింబిస్తూంటాయి. సామాజిక వొత్తిళ్ళ వలన ప్రేరేపించబడే అలాంటి గుణదోషాన్నీ మన బాహ్య వ్యక్తిత్వం లోని నిగూఢ పవిత్రతనూ, సహజంగా వుండే దివ్యజ్ఞానాన్నీ భంగపరుస్తాయి. ఈ నిగూఢ వ్యక్తిత్వం లోని సమాజపు మూర్ఖత్వాలనూ, గుణదోషాలనూ పలుచన చేసి క్రమేణా ఆవిరి చేసే పద్ధతే "ధ్యానం".

మరి, ఈ మనస్సును అదుపులో పెట్టగలిగినదేది ? కేవలం విశ్వాత్మ మాత్రమే. అయితే, ఇది 'విశ్వాత్మ' జోక్యం, కేవలం జీవాత్మ అనుమతితో మాత్రమే సాధ్యపడుతుంది. ధ్యాన స్థితిలోకి వెళ్ళడానికి మనస్సు సంపూర్ణంగా అంగీకరించితీరాలి.

మన "జీవాత్మ", లేదా "స్వతంత్ర ఎరుక" తనకు తానుగా ప్రక్షాళన చెందాలనీ, పవిత్రంగా తయారవ్వాలనీ సంకల్పించినప్పుడు మాత్రమే ఎవ్వరైనా ఆ 'ధ్యానస్థితి' లోకి వెళ్ళగలగతారు. అలాంటి 'ధ్యానస్థితి' లో మాత్రమే విశ్వాత్మ మనస్సును సంస్కరించే గురుతర బాధ్యతను స్వీకరించి మనస్సును పవిత్రంగా చేస్తుంది.

"బాబా ముద్ర" లో ఉంగర వ్రేలు, 'బొటన వ్రేలి' లో బంధింపబడి ఉండటం లోని అంతరార్థం ఇదే.
ఉంగరపు వ్రేలు మరి బొటన వ్రేలు ద్వారా నియంత్రింపబడి వుండడాన్నే "ధ్యాన యోగం" అంటాం.
అదేవిధంగా "బుద్ధి" కూడా అంతే ... మధ్యవ్రేలు, కూడా పరిమితమైన ప్రాపంచిక జ్ఞానంతో మిడి మిడి జ్ఞానంతో వున్నదై అదుపులో పెట్టదగినదాగినే వుంటుంది. "మిడి మిడి జ్ఞానం" ఎప్పుడూ ప్రమాదకరం.

మిడి మిడి జ్ఞానం అన్నది ఒక్క "పరిపూర్ణ జ్ఞానం" అన్నదానితో మాత్రమే నియంత్రించబడుతుంది. "విశ్వాత్మ" మాత్రమే "పరిపూర్ణ జ్ఞానం" తో అలరారుతూ వుంటుంది.
మధ్యవ్రేలు సైతం బొటన వ్రేలితో బంధింపబడి ఉండటం లోని అంతరార్థం ఇదే.
మధ్యవ్రేలు బొటన వ్రేలి ద్వారా నియంత్రింపబడటమే "జ్ఞానయోగం"
ఎప్పుడైతే జీవాత్మ తనలో దివ్యజ్ఞాన ప్రకాశాన్నీ వాంఛిస్తుందో అప్పుడు మాత్రమే ఆ జీవాత్మ ధ్యాన నిమగ్నురాలు అవుతుంది.
జీవాత్మ ధ్యాన స్థితికి అడుగిడగానే విశ్వాత్మ బుద్ధిని తన అధీనంలోకి తీసుకుని సంపూర్ణ పరిణితిని ప్రసాదిస్తుంది. పరిమిత బుద్ధి ... ప్రాపంచిక బుద్ధి ... తుదకు అపరిమిత ఆధ్యాత్మిక పరిజ్ఞానంలో ఓలలాడి ... "పరిపూర్ణ బుద్ధి (సద్బుద్ధి)" గా ఉదయిస్తుంది.

ప్రాపంచిక మిడి మిడి తెలివి పరిపూర్ణ బుద్ధి పరిణితి చెందటాన్నే ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానవికాసంగా పిలవబడుతుంది.
అర్థం చేసుకోవలసిన అతిముఖ్యమైన విషయం ఏమిటంటే, ఈ "జ్ఞానయోగం" అన్నది "ధ్యానయోగం" ద్వారానే సహజంగా, అద్భుతంగా తనకు తానుగా ప్రాప్తిస్తుంది.

"బాబా కాన్సెప్ట్" సారాంశం స్థూలంగా . . .
ఉంగరపు వ్రేలు ప్రక్షాళన . . . ధ్యానయోగం
మధ్య వ్రేలు ప్రక్షాళన . . . జ్ఞానయోగం
మనస్సు స్థాయి నుంచి పరిపూర్ణ బుద్ధి స్థాయికి జరిగే పరిణామమే . . . "ధ్యానం", "ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రం" , లేదా "దివ్యజ్ఞాన ప్రకాశం (ఎన్‌లైటెన్‌మెంట్)".

"అయితే, స్వప్నావస్థలో"

అయితే, అధర్మయుక్తమైన కోరికలు తీర్చుకుంటూ
తత్సంబంధమైన దుష్ఫలితాలు మనకు
రాకుండా ఉండాలి అంటే,
"ఒక అద్భుతమైన మార్గం" ఉంది -
అదే - ఆ కోరికలను
స్వప్నావస్థలో తీర్చుకోవడం.

స్వప్నావస్థలో ఏ కోరికలనైనా తీర్చుకోవచ్చు;
ఏ మాత్రమూ తప్పులేదు;
హత్యాప్రయోగాలు కూడా చేయవచ్చు;
అన్నిరకాల కామవాంఛలనూ తీర్చుకోవచ్చు.

"అసమంజసం"
అనిపించిన అన్ని కోరికలనూ సదా సూక్ష్మశరీరంలో
సూక్ష్మలోకాలలో తీర్చేసుకోవాలి
అప్పుడు అవి స్థూల శరీరంలో వుండి భౌతికంగా బాధలను ఇవ్వవు

ఎప్పుడూ స్వంత ఇష్ట ప్రకారమే చేయాలి;

ససేమిరా ఇతరుల ఇష్ట ప్రకారం పోరాదు.

"అత్తా హి అత్తనో నాథో"

ధమ్మపదంలో బుద్ధుడు ఇంకా ఇలా చెప్పాడు

"అత్తనా చోదయత్తానం, పటిమాసే అత్తమత్తనా"

- ఆత్మనాచోదయే దాత్మానం, ప్రతివసేదాత్మనమాత్మనా (సంస్కృతం)

"శ్రవణుడా, నిన్ను నువ్వే నడిపించుకో, నిన్ను నువ్వే పరీక్షించుకో"

"సుద్ధి అసుద్ధి పచ్చత్తం, నాఞ్ఞ అఞ్ఞం విసోదయే"

- (శుద్ధి రశుద్ధిః ప్రత్యాత్మం, నాన్యోన్యం విశోదయేత్) (సంస్కృతం)

"శుద్ధి, అశుద్ధి అనేవి తనకు సంబంధించినవే. ఒకరు మరొకరిని శుద్ధి చేయలేరు"

"అత్తాహి అత్తనో నాథో, అత్తాహి అత్తనో గతి"

- (ఆత్మాహ్యాత్యనో నాథః ఆత్మాహ్యాత్యనో గతిః) (సంస్కృతం)

"ఆత్మకు ఆత్మే ప్రభువు; ఆత్మకు అత్మే గతి"
అంటే, "ఎవరికి వారే ప్రభువు, ఎవరికి వారే గతి" అని.

" ఆత్మరంజనార్థం ఆహారం "

"ఆహారం" అన్నది కేవలం ఉదర పోషణార్థం కాదు

"ఆహారం" అన్నది అతిముఖ్యంగా "ఆత్మరంజనార్థం" కోసం కూడా

ఆహారంలోని పోషక పదార్థాలు ఉదర పోషణార్థం

అయితే, ఆహారం లోని 'రుచి' అన్నది "ఆత్మరంజనార్థం" కోసం అన్నమాట

"ఏదైతే ఎక్కువగా ఆత్మరంజనమో .. అదే దేహ ఆరోగ్యానికి కూడా దోహదపడుతుంది"

అన్నది ప్రధాన ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞాన సూత్రం

ఆత్మ సంతోషంగా, నిండుగా వుంటే.. ఆత్మకు ఛాయ అయిన దేహం కూడా ఆరోగ్యంగా, స్వస్థతగా, నిండుగా

వుంటుంది నోటిలోంచి బయటకు వచ్చే మాట ఎంత ముఖ్యమో నోటిలోకి పోయే ముద్ద కూడా అంతే ముఖ్యం

రుచి లేని వంటలు .. పచి లేని పాకాలు .. శృతి లేని సంగీతం .. లయ లేని గతులు

అందం లేని ఇళ్ళు .. చందం లేని వీధిలు .. ఇవన్నీ కూడా "ఆత్మ యొక్క దరిద్రత"కు సూచనలు

"ఆత్మ యొక్క దరిద్రత"ను దూరం చేయడమే "ఆధ్యాత్మికత"

ఆత్మజ్ఞానం వున్న వాళ్ళే వంటశాలలో ప్రవేశించాలి

ధ్యానం చేసినవాళ్ళే కూరగాయలు తరగాలి

పాకశాస్త్రపారంగతులే వంటలు వుండాలి

కనుక ప్రతి ఒక్కరూ విధిగా ఆత్మజ్ఞానులుగా అయివుండాలి

ప్రతిఒక్కరూ విధిగా ధ్యానులు అయివుండాలి

ప్రతి ఒక్కరూ విధిగా పాకశాస్త్రాన్ని నేర్చుకోవాలి

ప్రతి ఒక్కరూ "నలభీమపాకం" లో శిక్షణ పొందాలి

"ఆధ్యాత్మిక జీవితం" అంటే వైరాగ్యం" కానేకాదు

"ఆధ్యాత్మిక జీవితం" అంటే "వైభోగం" అని గుర్తించాలి

జీవితం చాన్నాళ్ళు ముచ్చటగా మారాలి

"యుక్తాహారం" .. "మితాహారం" .. "హితాహారం"

"పౌష్టికాహారం" .. "సాత్వికాహారం".. "స్వస్థాహారం"

"స్వాదిష్టాహారం" .. "ప్రేయస్కర ఆహారం" "నలభీమ పాక సదృశ ఆహారం"

"అయం లోకో నాస్తి పరః"

"న సాంపరాయః ప్రతిభాతి బాలం
ప్రమాద్యంతం విత్తమో హేన మూఢమ్;
అయం లోకో నాస్తి పర ఇతిమానీ
పునః పునర్వశమాపద్యతే మే" = కఠోపనిషత్తు (2-6)

సాంపరాయః	=ఉత్తమ గతులు
విత్తమోహేన	=ధన మదం చేత
మూఢమ్	=సమ్మోహితులైన వారికీ
ప్రమాద్యంతమ్	=జాగ్రత్త లేని వారికీ
బాలమ్	=బాలునికీ (వివేకం లేని వారికీ)
న ప్రతిభాతి	=కనిపించనే కనిపించవు
అయమ్ లోకః	=ఈ లోకం ; (అస్తి = ఉన్నది)
పరః	=పరలోకం ; (న అస్తి = లేదు) ;
ఇతి	=అని;
మానీ	=భావించేవాడు;
పునః పునః	=మళ్ళీ మళ్ళీ;
మే	=నా యొక్క (మృత్యువు యొక్క)
వశమ్	=అధీనంలో;
ఆపద్యతే	=పడిపోతాడు

"జాగ్రత్త లేని బాలుడికీ .. ధనమదంతో మతిపోయినవానికీ . .
శ్రేయోమార్గం ఎన్నటికీ కన్పించదు;
'ఉన్నది ఈ లోకమే, మరో లోకం లేనే లేదు'-
అనుకునేవాడు మళ్ళీ మళ్ళీ నా (మృత్యువు) చేతిలో పడుతూ ఉంటాడు" -
(అని యముడు నచికేతునితో కఠోపనిషత్ లో అంటాడు)

" ఆత్మజ్ఞానం - బ్రహ్మజ్ఞానం "

" ఆత్మజ్ఞానం " అంటే " ఆత్మ గురించి జ్ఞానం"
అంటే, మన గురించి మనం తెలుసుకోవడం
" నేను భౌతిక శరీరం మాత్రమే కాదు, ఆత్మను కూడా " అని తెలుసుకోవడం
" నేను మూల చైతన్యం " అని తెలుసుకోవటం
ఇదంతా ధ్యానం ద్వారా మాత్రమే మరి సాధ్యం

ఆత్మజ్ఞానం అన్నది " తొలిమెట్టు " అయితే, బ్రహ్మజ్ఞానం అన్నది " తుదిమెట్టు "
" బ్రహ్మజ్ఞానం " అంటే " సకల చరాచర సృష్టి రహస్యాల యొక్క జ్ఞానం "
కోటానుకోట్ల లోకాల గురించి వీలయినంత సుస్పష్ట విజ్ఞానం

" ఆత్మజ్ఞానం " లేనిదే " బ్రహ్మజ్ఞానం " అన్నది అసంభవం
ఒకానొక ఆత్మజ్ఞానిని " ఋషి " అంటాం .. " ద్రష్ట " అంటాం
ఒకానొక బ్రహ్మజ్ఞానిని " బ్రహ్మర్షి " అంటాం

స్వంత పూర్ణ నిజ స్థితిని తెలుసుకున్నవాడు ఒకానొక " ఆత్మజ్ఞాని "
బయటి ప్రకృతిని పూర్ణంగా అర్థం చేసుకున్నవాడే ఒకానొక " బ్రహ్మజ్ఞాని "

బ్రహ్మజ్ఞాని అయినప్పుడే ' బ్రహ్మ పదవి ' లభిస్తుంది
" బ్రహ్మ " అంటే " సృష్టికర్త - Creator " అని
అతను కొన్ని ఆత్మలనూ, కొన్ని లోకాలనూ సృష్టి చేయగలవాడు
సకల లోక జ్ఞాని అయినవాడే నూతన లోకాలను సృష్టించగలడు ..
" సహసృష్టికర్త - Co-Creator " కాగలడు

* **ఆత్మజ్ఞానం అన్నది ధ్యానం ద్వారా లభించే దివ్యచక్షువు యొక్క ప్రాథమిక స్థితి**
బ్రహ్మజ్ఞానం అన్నది దివ్యచక్షువు యొక్క పరమ పరిపక్వతా స్థితి

ఆత్మజ్ఞానం పొందని జీవితం వృధా

ప్రతి వ్యక్తి నోటివెంట ప్రాపంచిక వాక్కులు కాకుండా ఆధ్యాత్మిక వాక్కులురావాలి.
అందరికీ నోరు వున్నప్పటికీ బకాసురుడిలా కాకుండా బుద్ధుడిలా జీవించాలి.
సాధన ద్వారానే ఆత్మజ్ఞానం వస్తుంది. అందుకోసం ప్రతిఒక్కరూ ధ్యానసాధన చేయాలి. సంగీతం రాకపోతే గొంతు, ఆత్మజ్ఞానం లేకపోతే జీవితం వృధా. 'నేనే ఆత్మ' అని తెలుసుకోవడమే జీవితాన్ని సార్ధకం చేసుకోవడం. శ్వాసానుసంధానం ద్వారానే ఆత్మానుభవం సాధ్యం; మనకు అత్యంత దగ్గరలో వున్న ప్రకృతి శ్వాసే ;ప్రకృతిలో విలీనం చెందడం అంటే శ్వాసలో విలీనం చెందడమే.

ఆత్మజ్ఞాన ప్రభుత్వం

పూర్వకాలంలో రాజులకు రాజగురువులు ఉండేవారు.
దశరధుడికి వశిష్ఠుడు రాజగురువు.
పాండవులకు శ్రీ కృష్ణుడు రాజగురువు.
రాజగురువు లేని రాజ్య ప్రభుత్వం చుక్కాని లేని పడవ లాంటిది.
ఆధ్యాత్మిక లేని సామాజికత, ప్రాపంచికత, గమ్యం లేని గమనం వంటివి.
ఆత్మజ్ఞాన రహితమైన లోకజ్ఞానం ఎప్పటికైనా నిరాశనే, అసంతృప్తినే కలిగిస్తుంది.
కడుపు నిండా భోజనం, కంటినిండా నిద్ర, సకల వస్తు వాహనాల సముదాయం - ఇదే ఆదర్శాలయితే మానవుడి నిజప్రవృత్తి, శాశ్వతతత్వం - అన్నవి మరుగున పడే ఉంటాయి. సమాజంలో అశాంతి, అనారోగ్యం, అసంతృప్తి అన్నవి శాశ్వత నిలయాలై ఉంటాయి.
మనకు కావలసింది రామరాజ్యం మరి శ్రీ కృష్ణ రాజ్యం. రాముడిలాగా, శ్రీ కృష్ణుడిలాగా మనం కూడా ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రజ్ఞులమైతేనే, రామరాజ్యం, శ్రీ కృష్ణరాజ్యం అన్నవి నెలకొనేవి.
వశిష్ఠుల వారి దగ్గర ధ్యానాభ్యాసం, జ్ఞానాభ్యాసం చేస్తేనే దశరధుడి ప్రథమపుత్రుడు
శ్రీ రామచంద్ర ప్రభువు అయ్యాడు.
సాందీపుడి దగ్గర ధ్యానాభ్యాసం,జ్ఞానాభ్యాసం చేస్తేనే దేవకీ నందనుడు శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు అయ్యాడు.
ఇక ఆంధ్రరాష్ట్రంలో కూడా రామరాజ్యం, శ్రీ కృష్ణరాజ్యం వచ్చి తీరాలి.
ఆత్మజ్ఞానం కలవారైనా ప్రభుత్వం చేపట్టాలి; లేదా ప్రభుత్వంలో ఉన్నవారైనా ఆత్మజ్ఞానంను విధిగా సమీకరించుకోవాలి, సంపాదించుకోవాలి.
ధ్యాన భాగ్యం లేనిదే, ఆత్మజ్ఞాన సౌభాగ్యం లేనిదే ధర్మయుత ప్రభుత్వం అన్నది - భాగ్యయుత ప్రభుత్వం - అన్నది అసంభవం.
మనమందరం కలిసి ఆత్మజ్ఞాన ప్రభుత్వం కోసం కృషి చేద్దాం.
సోక్రటీస్ కన్న కలలను సార్ధకం చేద్దాం. నూతన ప్రపంచం సృష్టికి నాంది పలుకుదాం.
సత్యయుగాన్ని స్థాపిద్దాం.
సత్యమేవ జయతే, అత్మయేవ జయతే.

"ఆత్మచైతన్యం"

"రామాయణాన్ని మూడు ముక్కలలో 'కట్టె, కొట్టె, తెచ్చె' అని ప్రజలు చెప్పుకోవడం పరిపాటి ... 'కట్టె' అంటె శరీరాన్ని కట్టివేయడం, 'కొట్టె' అంటే మన ఆలోచనలను కొట్టివేయడం, 'తెచ్చె' అంటే ధ్యానం చేసి విశ్వశక్తిని తెచ్చుకోవడమే."

"'ధ్యానం' అంటే విశ్వశక్తి ఆవాహనం చేసి, నాడీమండల శుద్ధి కలిగి, దివ్యచక్షువు ఉత్తేజితమై, సూక్ష్మశరీరయానం చేయడం క్రమక్రమంగా ఆత్మజ్ఞానం కలిగి, ఆత్మారాముని పూర్ణంగా కనుగొనడం."

"ప్రతి ఒక్కరూ ప్రతిరోజూ ధ్యానం చేయాలి. ఊహ తెలిసిన వయస్సు నుంచే పిల్లలు ధ్యానం మొదలుపెట్టాలి. విద్యార్థులు, స్త్రీలు, పురుషులు, వృద్ధులు కూడా ప్రతిరోజూ ... ఎవరికి ఎంత్ వయస్సు వుంటే అన్ని నిమిషాలు ... ఒక సిట్టింగ్‌లో ప్రతిరోజు ధ్యానం చేయడం వల్ల సర్వరోగాల నుంచి విముక్తులు కావడమే కాకుండా, అసలు జబ్బులు లేకుండా, రాకుండా జీవించవచ్చు."

పదివేల సంవత్సరాల క్రితం ఈజిప్ట్‌లో పిరమిడ్‌లు నిర్మించారనీ, అవి అద్భుత విశ్వశక్తి ఆవాహన్ క్షేత్రాలు అని ప్రయోగాత్మకంగా తెలుసుకున్న తాము ధ్యానానికి పిరమిడ్‌ను జోడించి అందరితో ధ్యానం చేయిస్తున్నాం.

"అనవసరమైన మాటలు మాట్లాడి ఎనర్జీని వృధా చేసుకోరాదు. మనలోని శక్తితో మంచి మాటలు మాట్లాడి, మంచి పనులు చేయడానికి ఉపయోగించాలి. ధ్యానం చేసి మరింత కాస్మిక్ ఎనర్జీని ప్రతిఒక్కరూ పొంది అమిత శక్తివంతులు అవ్వాలి. ఆత్మవంతులు కావాలి. ఎవరు ధ్యానం చేస్తారో వారు 'ఆత్మచైతన్యం' లో వుంటారు. ఎవరు ధ్యానం చేయరో మనస్సులోనే వుంటారు. బుద్ధితో వుండరు."

"మనస్సువత్ మనిషి రావణాసురుడు. ఆత్మవత్ శ్రీరాముడు. మనస్సుతో రావణుడు సీతను ఎత్తుకుపోతే ఆత్మతో రాముడు రావణాసురుని చంపి సీతను తెచ్చుకుంటాడు. అంజనేయస్వామి ద్వారానే రామునికి సీత జాడ తెలిసినట్లు. శ్వాస ద్వారానే ప్రతి వ్యక్తి ఆత్మారాముడిని తనలోనే కనుగొంటాడు. మనస్సువత్ కిష్కిందకాండ ... ధ్యానసాధనావత్ సుందరకాండ. వాల్మీకి రామాయణంలో ధ్యానం గురించి విస్తారంగా చెప్పి వున్నాడు."

"ధ్యానం వల్ల ప్రతి వ్యక్తీ ఆత్మారాముడవుతాడు. నారాయణుడు అవుతాడు. నలభైరోజులు ధ్యానం చక్కగా చేస్తే ప్రతి వ్యక్తీ ఎన్‌లైటెన్ అవుతాడు. మన దగ్గర కాస్మిక్ T.V. వుంది. 'థర్డ్ ఐ' అంటే అదే. 'థర్డ్ ఐ' వల్ల మొత్తం సృష్టి అంతా మరి భూత, భవిష్యత్ వర్తమానాలన్నీ తెలుస్తాయి."

" 'ఆత్మ' యొక్క బయోస్కోపు - వివిధ రకాల ఆత్మస్థాయిలు "

(A SOUL'S JOURNEY ON THE PLANET)

	అత్మస్థాయి	చక్రస్తాయి	మౌలికగుణం	జ్ఞానం
1.	శైశవ ఆత్మ	మూలాధార	అమాయకుడు	అజ్ఞాని
2.	బాల ఆత్మ	స్వాధిష్ఠాన	స్వార్ధపరుడు	విపరీత జ్ఞాని
3.	యువ ఆత్మ	మణిపూరక	రాజకీయ నాయకుడు	ప్రాపంచిక జ్ఞాని
4.	ప్రౌఢ ఆత్మ	అనాహత	పండితుడు/వేదాంతి	ఆత్మజ్ఞాన "అంకురం"
5.	వృద్ధ ఆత్మ	విశుద్ధ	యోగి	ఆత్మజ్ఞాన "మొక్క"
6.	విముక్త ఆత్మ	ఆజ్ఞ	జ్ఞాని/ఋషి	దివ్యచక్షువును సంపాదించుకున్నవాడు ఆత్మవిజ్ఞాన " పుష్పం " ప్రజ్ఞాని / రాజర్షి దివ్యచక్షువును అభివృద్ధి చేసుకున్నవాడు.
7.	పరమ ఆత్మ	సహస్రార	ఆత్మ విజ్ఞాని/బ్రహ్మర్షి	సృష్టిలోని అన్ని సత్యాలనూ అందరికీ బోధించేవాడు, ఆత్మవిజ్ఞాన ఫలం

" ఆత్మయొక్క అసలు కథ "

ఆత్మ అన్నది .. భౌతికం కాదు
ఆత్మ అన్నది .. మూలచైతన్య " శకలం కాని శకలం "
ఆత్మ అన్నది .. భౌతిక రూపురేఖలు లేనిది
ఆత్మ అన్నది .. కేవలం " అనుభవాల రూపురేఖలు" కలది
ఆత్మ అన్నది .. భౌతిక బరువులు లేనిది
ఆత్మ అన్నది .. కేవలం " అనుభవాల బరువు "ను కలిగివున్నది
ఆత్మ యొక్క తపన ఎప్పుడూ నూతన అనుభవాల కోసమే
ఆత్మ యొక్క తపన ఎప్పుడూ భిన్న విభిన్న అనుభవాల కోసమే
ఆత్మకు అన్ని పరిస్థితులూ ఆశ పుట్టించేవే
ఆత్మ అన్నది " అన్ని పరిస్థితులనూ అవగాహన చేసుకోవాలి" అని సదా ఆతృతపడేదే
ఆత్మకు ఓటమి అన్నదే లేదు .. ఒక్క " ఆత్మహత్య " చేసుకున్నప్పుడు తప్ప
(" ఆత్మహత్య మహాపాపం " అని చెప్పబడింది కదా)
ఆత్మకు ఉన్నదంతా గెలుపే .. ఆత్మకు ఉన్నదంతా నిత్యనూతనత్వమే
ఒకానొక ఆత్మ .. ఒకానొక మానవ శరీరధారణ చేసినప్పుడు ..
ఒకానొక జీవితస్థితిని ఎదుర్కొంటుంది
ఆ తరువాత .. ఇక రకరకాల జీవిత పరిస్థితులను అనుభవించడానికి ఆరాటపడుతూంటుంది
మానవ జీవిత పరిస్థితులన్నింటినీ అవగాహన చేసుకోవడానికి
ఆత్మకు కనిష్ఠపరంగా నాలుగువందల జన్మలు అవసరం ఉంటుంది
మరి నాలుగువందల జన్మల్లో ఆరితేరిన ఆత్మ
ఒకానొక " అనుభవాల పుట్ట " గా తయారవుతుంది.
అనేకమార్లు జన్మించి .. అంటే అనేకమార్లు శరీరంలోచేరి
అనేకమార్లు మరణించి .. అంటే అనేకమార్లు శరీరంలోంచి బయటపడి
అనేక రకాల అవమాన-దుఃఖ-తిరస్కారాదులను భరించి
అనేకమార్లు మాన-సుఖ-పురస్కారాదులను అనుభవించి
ఒక సంపూర్ణ " జ్ఞానపు పుట్ట " గా తయారవుతుంది
ప్రతి జన్మ కూడా ఆత్మకు అనేకానేక అనుభవాలను అందిస్తుంది
ప్రతి అనుభవం కూడా ఆత్మకు ఒకానొక విశిష్టజ్ఞానసారాన్ని ప్రసాదిస్తుంది
ఇదీ ఆత్మ కథ
ఆత్మ అన్నది .. ప్రప్రథమంగా .. ఒక అనుభవాల పుట్ట
ఆత్మ అన్నది .. పర్యవసానంగా .. పరంపరగా .. ఒక జ్ఞానపు పుట్ట
ఇదీ ఆత్మ యొక్క అసలు కథ

"ఆత్మజ్ఞానం"

"మనం 'దేహం' కాదు; 'దేహాత్మ' అని తెలుసుకోవాలి. ధ్యాన సాధన ద్వారా విశ్వాత్మగా, 'విరాట్ ఆత్మ' గా విరాజిల్లాలి. 'నరస్థితి' నుంచి 'నారాయణ స్థితి' కి ఎదగడమే మన గమ్యస్థానం. ఈ జీవితంలో చేసిన పుణ్యాల వల్ల, పై లోకంలో వెళ్ళి భోగాన్ని అనుభవిస్తాం ... పుణ్యాల క్షీణించగానే ఈ భూలోకంలోకి తిరిగితావలసిందే. అయితే ధ్యానం ద్వారా సంపాదించే ఆత్మజ్ఞానంతో మళ్ళీ జన్మంటూ లేకుండా చేసుకోవచ్చు."

"అష్టాంగ మార్గం"

బుద్ధుడు మనకు ఇచ్చిన "అష్టాంగ మార్గం"   ఎనిమిది అంగాలు కలిగిన మార్గం ఇది

సమ్మా దిట్ఠి	...	సరియైన దృక్పథాలు
సమ్మా సంకప్పో	...	సరియైన సంకల్పాలు
సమ్మా వాచా	...	సరియైన వాక్కు
సమ్మా కమ్మంతో	...	సరియైన కర్మ
సమ్మా జీవో	...	సరియైన జీవనోపాయం
సమ్మా వాయామో	...	సరియైన శ్రద్ధ
సమ్మా సతి	...	సరియైన ఏకాగ్రత
సమ్మా సమాధి	...	సరియైన ధ్యానం

అష్టాంగమార్గ అనుష్టానం వలన అవిద్య మాయమవుతుంది
అవిద్య దూరమవడం వలన తృష్ణ పోతుంది
తద్వారా శాశ్వత దుఃఖ నిర్మూలనం జరుగుతుంది.
అష్టాంగ మార్గంలో "ప్రజ్ఞ" , "శీలం" , "సమాధి" అన్న మూడింటి మౌలిక విషయాలకు సంబంధించిన శిక్షణ చూపబడింది

<u>ప్రజ్ఞ</u> = సరియైన దృక్పథాలు . . సరియైన సంకల్పాలు (కోరికలు)
<u>శీలం</u> = సరియైన వాక్కు . . సరియైన జీవనోపాయం . . సరియైన కర్మ(నడవడిక)
<u>సమాధి</u> = సరియైన శ్రద్ధ . . సరియైన ఏకాగ్రత . . సరియైన ధ్యానం

" అశోక వనం "

" సీతాదేవి అశోకవనంలో, అశోకవృక్షం క్రింద, వలవలా ఏడ్చింది "
ఇది నిజమేనా ?
కాదు ..
ఇందులో వాల్మీకి మహర్షి యొక్క కవితా చాతుర్యం వుంది
పామరులకు సంకేతంగా,
"భర్త ఎడబాటు అయింది కనుక, వలవలా ఏడ్చింది"
అన్నాడు
అయితే, సీతాదేవి మహాజ్ఞానురాలు, మహాయోగిని
ఆవిడకు ' శోకం ' అన్నదే అసంభవం
కనుక, ' అశోక ' వనం అన్నాడు ..
" అశోక వృక్షం " అన్నాడు

" అశోకం " = " అ+శోక "
" ఎక్కడ శోకం లేదో అక్కడ " అన్నమాట

* **కనుక " సీతాదేవి ' శోకగ్రస్తం ' అయింది"**
అన్నది నిజానికి అవాస్తవం.

అసలైన చదువు

పిల్లలు దేనికోసం చదవాలి? పెద్దలు పిల్లలను దేనికోసం చదివించాలి?
ఉదర పోషణార్ధమా చదువులు?nమనోల్లాసం కోసమా చదువులు?
ప్రకృతి పరిజ్ఞానం కోసమా చదువులు? లేక సంపూర్ణ ఆత్మపరిణితి కోసమా చదువులు?
ఏ ఒక్కదానికీ కాదు 'చదువులు' అన్నవి. అన్నిటికోసమూ వున్నాయి చదువులు.

అన్ని చదువులూ చదవాలి పిల్లలు.
పిల్లల చేత అన్ని చదువులనూ చదివించాలి పెద్దలు.
అయితే, అన్ని చదువులలోనూ మొట్టమొదటి చదువు ఆత్మ చదువు.
ఆత్మచదువే పిల్లలకు మొట్టమొదటి పాఠ్యశాస్త్రం కావాలి.
ఆత్మచదువు వల్ల పిల్లలు నిర్భయులుగా, నిస్సంశయులుగా మారుతారు.
ఆత్మచదువు వల్ల మిగతా అన్ని చదువులూ త్వరత్వరగా అబ్బుతాయి.
ఆత్మచదువు వల్ల ఆటలూ,పాటలూ ఆశ్చర్యకరంగా సహజం అవుతాయి.
ఆత్మచదువు వల్ల ప్రకృతి తన రహస్యాలను సత్వరంగా బట్టబయలు చేస్తుంది
అక్షరాభ్యాసం అంటే ఆత్మచదువే.
క్షరం కానిది అక్షరం.
క్షరం అంటే నశించేది; అక్షరం అంటే నశించనిది.
ఆత్మే నశించనది.
దేహమే ... తెలియకపోతే ... నశించేది.
ఆత్మచదువే ... అక్షర అభ్యాసం ... అంటే.
పిల్లలందరూ 'అక్షరాస్యులు' కావాలి.
అంటే ఆత్మానుభావులు గా విలసిల్లాలి.

భూ ప్రపంచంలో ఇక ఆత్మ శివతాండవం చేయాలి

ఇవే అసలయిన చదువు యొక్క తీరుతెన్నులు.

" ఆరోగ్యం స్వీయవరం "

" తెరవెనుక భాగవతం "

మన సాధారణ కంటికి కనిపించే "అణువులు, పరమాణువుల యొక్క సంపూర్ణ సముదాయం" అయిన "తెరముందు ఉన్న కదులుతూన్న దేహం" గురించి తెలుసుకోవాలంటే తెరవెనుక ఆ దేహాన్ని కదిలించే 'ఇచ్ఛాశక్తి'..'క్రియాశక్తి'..'జ్ఞానశక్తి' అనబడే "ఆత్మశక్తి యొక్క తెరవెనుక భాగవతం" గురించి విశేషంగా తెలుసుకోవాలి.

ఒక ఇల్లు కట్టడం వెనుక ఆ ఇంటి నిర్మాణానికి కావలసిన వివరాలు అంటే "దాని గోడలు ఎల కట్టాలి?" .. "భూమి బలం ఎలా ఉంది?" .. "వాటికి అనుగుణంగా ఇంటి ప్లాన్ ఎలా వేయించాలి?" .. డబ్బు ఎలా సమకూర్చుకోవాలి?" .. "ఈ పనంతా పూర్తిచేయడానికి ఎంత విల్‌పవర్‌ని పెంచు కోవాలి?" .. అంటూ రకరకాలుగా ఆలోచించి, తత్సంబంధిత ఇంజనీయర్లనూ, మేస్త్రీలనూ పనివాళ్ళనూ, బ్యాంకువాళ్ళనూ కలిసి విషయసేకరణ ఎలా చేసుకుంటామో .. అలాగే మన స్వంత ఆత్మశక్తితో ఇల్లు లాంటి మన దేహాన్ని కూడా నిర్మించుకుంటాం!

దేహధారుల్లా ఈ భూమ్మీద పుట్టడానికి ముందు .. మన ఆత్మయొక్క ప్రేరణతో కూడిన ఇచ్ఛాశక్తితో .. సూక్ష్మలోకాల్లో పిండం పుడుతుంది. ఆ పిండం యొక్క సూక్ష్మశరీరం యొక్క సంపూర్ణ ఎదుగుదలకు కావలసిన సహాయ సహకారాల కోసం అనేకానేక మంది ప్రకృతి దేవతలు, సూక్ష్మదేవతలు, గార్డియన్ ఏంజిల్స్, నేచర్ స్పిరిట్స్ అంతా కలిసి ఒక బృందంగా తయారై తమ అకుంఠిత దీక్షతో సూక్ష్మశరీర నిర్మాణాన్ని గావిస్తారు. ఇదంతా కూడా ఆత్మ యొక్క జ్ఞానశక్తిని అనుసరించి జరుగుతూ ఉంటుంది.

భూమ్మీద మనం జీవించబోయే శరీరపు నకలు లాంటి ఈ సూక్ష్మశరీరంలో గుండె, ఊపిరితిత్తులు,లివర్, మూత్రపిండాలు, రక్తప్రసరణ వ్యవస్థ, నాడీ మండల వ్యవస్థ, జీర్ణకోశవ్యవస్థ, గ్రంధుల వ్యవస్థ .. అన్నీ కూడా సూక్ష్మలోకాల్లో అత్యంత పటిష్టంగా పొందుపరచబడతాయి.

ఇలా సూక్ష్మతలాల్లో పిండం సంపూర్ణంగా తయరైన తరువాత .. భూమ్మీద స్త్రీ నుంచి విడుదల అయిన అండకణం, పురుషుని నుంచి విడుదల అయిన వీర్యకణం రెండూ కలిసి ఫలదీకరణ చెంది ఒక పిండంగా రూపుదిద్దుకుంటుంది. అప్పుడే ఎన్నుకోబడిన ఆత్మ ఆ పిండంలోకి ప్రవేశిస్తుంది.

ఆ పిండం లెక్కలేనన్నీ కణవిభజనలను చెందుతూ .. క్రమక్రమంగా శరీర అంగాలను సంతరించుకుంటూ .. చక్కగా ఎదుగుతూ తల్లి గర్భం నుంచి బయటపడి సజీవమైన శిశువుగా దర్శనం ఇస్తుంది.

ఎలాగైతే ఒక దేవాలయంలో విగ్రహాలన్నీ అందంగా మలచబడ్డా కూడా .. అక్కడ ప్రాణప్రతిష్ఠ కార్యక్రమం జరుగకపోతే .. ఆ దేవాలయం అన్నది పూజలకు నోచుకోదో .. అలాగే శరీరం ఎంత పటిష్టంగా తయారైనా కూడా అందులో ఆత్మ వచ్చి చేరకపోతే .. ఆ శరీరం ఎంత మాత్రం నిలువదు.

మనలాగే .. ఈ సమస్త సృష్టిలో ఉన్న ప్రతి ఒక్క ప్రాణి నిర్మాణం వెనుక కూడా ఇలాంటి ఆర్ద్రత, ఆనందం, ఆశయం, ఆదర్శం, ఆలోచనలతో పాటు అనేకానేక మంది విశ్వసృష్టికర్తల నిర్మాణ భాగస్వామ్యం మరి అకుంఠిత దీక్ష ఉంటాయి.

" ప్రకృతి ఆత్మలు "

పుట్టి భూమ్మీద పడ్డాక కూడా మన అద్భుతమైన శరీరం ప్రతి క్షణం ప్రకృతి ఆత్మల ఆలనాపాలనలోని ఉంటుంది. ఒక పెద్ద కర్మాగారంలో వేలకువేల మంది కార్మికులు రేయింబగళ్ళు ఎలా పనిచేస్తూ ఉంటారో .. అలా మన శరీరం అనే పెద్ద కర్మాగారంలో కోటానుకోట్ల మంది ప్రకృతి ఆత్మలు నిరంతరం పని చేస్తూనే వుంటాయి.

మనం నోట్లో వేసుకున్న ఆహారాన్ని అంటే ముడిసరకును జీవశక్తిగా మార్చి ఆ శక్తిని శరీర కార్యకలాపాలకు ఇంధనంగా వాడుతూంటాయి. ఈ తతంగంలో రకరకాల ప్రకృతి ఆత్మలు ఒకానొక కర్మాగారంలోని మేనేజర్లుగా, వైట్ కాలర్, బ్లూకాలర్ సిబ్బందిగా మరి కార్మికులుగా ప్రోటీన్స్, కార్బోహైడ్రేట్స్ మరి ఫ్యాట్స్ అనే ముడిసరుకులను ఆక్సీకరణం చెందిస్తూ వుంటాయి. వీటిలో కొన్ని శక్తిని ఉత్పత్తి చేస్తాయి .. కొన్ని ఆ శక్తిని గ్లైకోజెన్ రూపంలో నిలువ ఉంచుతాయి .. మరి కొన్ని ఆ శక్తిని వివిధ దేహధర్మ కార్యక్రమాలకు వినియోగిస్తూ వుంటాయి.

ఇదంతా కూడా భౌతిక శరీర నిర్మాణం వెనుక ఉన్న ఆధ్యాత్మికత! ఇలా పుట్టినప్పటి నుంచి చనిపోయే వరకు ఈ శరీర ధర్మాలను నిర్వహించడానికి మనకు ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞాన శాస్త్రం యొక్క అవసరం ఎంతగానో ఉంటుంది!

ప్రాపంచిక శాస్త్రజ్ఞానంతో పాటుగా మనకు ఆధ్యాత్మికశాస్త్ర విజ్ఞానం కూడా ఉంటే మనం హాయిగా, ఆనందంగా మరి ఆరోగ్యంగా ఈ జీవిత యాత్రను "చాన్నాళ్ళ ముచ్చట" గా జరుపుకుంటాం. లేకపోతే ఆధ్యాత్మిక అవగాహనా లోపంతో ఎంత చక్కగా పెంచి పోషించుకున్న భౌతిక శరీరాన్నైనా సరే చేజేతులా క్షీణింప జేసుకుని రోగగ్రస్థుల్లా మారి అర్థాంతరంగా చావునుకొని తెచ్చుకుంటాం!

తీరా చనిపోయాక మళ్ళీ ఆత్మస్పృహ రాగానే బ్రతికి వున్నప్పుడు జరిగిన అనర్థాలన్నీ తలుచుకుని కాస్త ఏడ్చి మరో క్రొత్త శరీరం కోసం .. మరో మహాప్రణాళికతో .. మళ్ళీ ఆ లోకాల్లో ఎదురుచూస్తూ కూర్చుంటాం! కాబట్టి దేహధారుల్లా ఉన్నప్పుడే ఆత్మ స్పృహతో శాస్త్రీయంగా జీవిస్తూ .. ఆ దేహాన్ని ఒక వాహకంగా చేసుకుని ఇహం నుంచే పరంతో అనుసంధానం కావాలి!

" ఉద్ధరేదాత్మనాత్మానం "

"ఉద్ధరేదాత్మనాత్మానం" ఎవరి బాధలను వారే పోగొట్టుకోవాలి! ఎవరి ఆరోగ్యాన్ని వాళ్ళే కాపాడుకోవాలి! ఎవరి శాస్త్రీయత వారే తెచ్చుకుని వారి జీవితాలను చక్కదిద్దుకోవాలి!

"శరీరపరంగా శాస్త్రీయతతో జీవించడం" అంటే .. స్వచ్ఛమైన గాలి వెలుతురు లభించే చోట .. వీలైతే చుట్టూ చక్కటి ప్రకృతి నడుమ నివాసం ఉండాలి. అప్పుడు శరీరానికి కావలసినంత ప్రాణవాయువు అందుతూ ఉంటుంది. శుద్ధమైన చల్లటి మంచి నీటిని త్రాగాలి! భౌతిక శరీరం 80 శాతం నీటితోనే నిండి ఉంటుంది కనుక శరీరానికి మనం ఎప్పుడూ నీటిని సరఫరా చేస్తూనే ఉండాలి. అందుకే యోగులు ఎప్పుడు కమండలంలో నీటిని నింపి తమ ప్రక్కనే ఉంచుకునేవారు! పరిశుభ్రమైన నీటితోనే శరీరాన్ని శుభ్రపరచుకోవాలి.

రుచికరమైన, శుచికరమైన బలవర్ధకమైన శాకాహారాన్ని నియమిత వేళల్లో సరియైన మోతాదులో నిదానంగా నమిలి తినాలి! శరీరానికి తమోగుణాన్నీ మరి రజోగుణాన్నీ .. కలుగజేసే మద్యపానీయాలూ మరి మాంసాహారాలూ పూర్తిగా నిషేధించాలి. ఇతర జంతువులను క్రూరంగా చంపి .. వాటి మృత కళేబరాలను మన శరీరంలో పడవెయ్యడం అత్యంత హేయం! చనిపోయిన జంతువుల శరీరపు మృతధాతువులు మన శరీర మనుగడకు ఎంత మాత్రం సరిపడవు. మాంసాహర సేవనం వల్ల శరీరం తొందరగా రోగగ్రస్థం అవుతుంది కాబట్టి ఆత్మజ్ఞానంతో కూడిన దివ్యత్వంతో విలసిల్ల వలసిన మనం మాంసాహారం తినడం వంటి రాక్షసకృత్యాలకు పాల్పడడం ఎంత మాత్రం తగదు!

భగవద్గీతలో శ్రీకృష్ణుల వారు "యుక్తాహారస్య" అంటూ సెలవిచ్చారు. అంటే ఏదైతే మనకూ మరి ఇతరులకూ హాని కలిగించదో అలాంటి పవిత్రమైన శుద్ధ శాకాహారమే యుక్తాహారం! శాకాహారాన్ని కూడా ఎంత తినాలో తింటే అది యుక్తాహారం! ఎప్పుడు తినాలో అప్పుడే తింటే అది .. యుక్తాహారం! ఎలా తినాలో అలా తింటే .. అది యుక్తాహారం! ఇలా యుక్తాహారం అంటే అనేకానేక విధాల నిర్వచనాలు వున్నాయి.

చాలా మంది ఉత్తేజం కోసమో మరి స్టైల్ కోసమో సిగరెట్లు, మద్యం త్రాగుతూంటారు. "'రోజుకు రెండు పెగ్గులు త్రాగితే ఫరవాలేదు' అని మా డాక్టర్ చెప్పాడు" అని కూడా సమర్ధించుకుంటారు. డాక్టర్ దేం పోయింది కానీ పొగత్రాగడం మద్యం సేవించడం వంటి అలవాట్లు వలన మన దేహవ్యవస్థ అస్తవ్యస్తం అయిపోతుంది! అలాంటి చర్యలను మన ప్రకృతి దేవతలు ఎంత మాత్రం ఒప్పుకోరు!
ఆర్గానిక్ బాడీలో ఇనార్గానిక్ పదార్థాలు ఇమడవు సరికదా .. క్రమంగా ఒక్కొక్క అవయవం రోగగ్రస్థం కావడం మొదలవుతుంది.

చాలా మంది ఆహార పదార్థాలను వారానికి ఒక్కసారే వండి ఫ్రిజ్‌లో ఉంచుకుని .. రోజూ వాటినే మైక్రోవేవ్‌లో వేడి చేసుకుని తింటూంటారు. అలా పాచిపోయిన ఆహార పదార్థాలు శరీరంలో తమోగుణాన్ని పెంచడంతో పాటు మైక్రోవేవ్‌లో వేడి చేయడం వల్ల విడుదలయిన కొన్ని హానికారక విద్యుదయస్కాంత తరంగాలు ఆహారంతో పాటు మన శరీరంలోకి చేరి .. భయంకరమైన జబ్బులకు దారితీస్తాయి.

ఎప్పటికప్పుడు తాజా కూరగాయలను కడిగి .. చక్కగా కోసుకుని వండి వేడి వేడిగా తినాలి. ఎక్కువ కారాలూ, ఉప్పులూ మరి మసాలాలూ వేయకుండా .. నేచురల్‌గా తినడం అలవాటు చేసుకోవాలి. ఇవన్నీ కూడా ప్రాథమిక ఆరోగ్యసూత్రాలు.

శరీరానికి తగినంత వ్యాయామం ఇవ్వాలి. వీలైనంతగా నడక సాగించాలి. అవకాశం ఉన్నప్పుడల్లా చెప్పులు లేకుండా దగ్గరలో వున్న పర్వతాలూ, కొండలూ ఎక్కుతూ, అడవుల్లో ట్రెక్కింగులు చేస్తూంటే భూమాత యొక్క శక్తి మన శరీరంలోకి వస్తుంది. శరీరాన్ని బాగా రుద్ది నీళ్ళతో తడిపి స్నానం చెయ్యాలి. వారానికి ఒక్కసారైనా స్విమ్మింగ్ పూల్లో ఈతకొట్టడమో లేదా నీళ్ళతొట్టిలో శరీరాన్ని వుంచడమో చేస్తూండాలి.

" యద్భావం తద్భవతి "

చాలా మంది "నాకు అరవై యేళ్ళు ముసలితనం వచ్చేసింది ; నాకు వయస్సు మించిపోతూంది" అంటూ అదేదో గొప్ప విషయంలా పదే పదే చెప్పుకుంటూంటారు. "ముసలి తనం" అన్నది మనకు సహజంగా వస్తూనే వుంటుంది! కానీ "యద్భావం తద్భవతి" అన్నట్లుగా ముసలితనం గురించిన మన అప్రయోజనకరమైన ఆలోచనల వల్లే అసహజమైన ముసలితనంతో పాటు .. అనవసర రోగాలన్నీ తొందరగా వచ్చి చేరతాయి! దేహానికి బాల్యం, యవ్వనం ; ప్రౌఢత్వం మరి వృద్ధాప్యం అన్నవి ప్రకృతి సహజమైన దశలు కనుక వాటిని హుందాగా ధైర్యంగా, ధీటుగా అనుభవిస్తూ వుండాలి!

దేహానికి ఎంత మేరకు అవసరమో అంతమేరకు, విశ్రాంతిని కూడా ఇస్తూండాలి! తగినంత విశ్రాంతి లభించినప్పుడే ఆ దేహంలో వున్న ప్రకృతి ఆత్మలు కూడా ఒకింత సేదదీరుతూ తమ పనితీరును మరింత మెరుగు పరచుకుంటూంటాయి.

" ఆత్మవిజ్ఞానశాస్త్రం "

ఒక ఇంట్లో మనం వున్నామంటే ఆ ఇల్లే 'మనం' కాదు! అలాగే ఈ దేహంలో వున్న ఆత్మస్వరూపులమైన మనం కూడా దేహాలం ఎంతమాత్రం కాదు! కాకపోతే ఈ దేహాన్ని పరిరక్షించుకోవడం మాత్రం డాక్టర్‌ల చేతుల్లో కాకుండా మన చేతుల్లోనే వుంటుంది! ఇదంతా కూడా ఆత్మవిజ్ఞానశాస్త్రం! "ఏది చెయ్యాలో, ఏది చెయ్యకూడదో" అన్న ఆత్మవిజ్ఞానం మనకు ధ్యానం ద్వారానే తెలుస్తుంది!

ఆత్మవిజ్ఞానశాస్త్రం గురించి తెలియని వారు .. "వైరస్‌లూ, బ్యాక్టీరియాలు మాత్రమే రోగాలకు కారణం" అంటూ డాక్టర్ల చుట్టూ తిరిగి లక్షలకు లక్షలు ఖర్చుచేస్తూ ఇళ్ళూ వాకిళ్ళూ గుల్ల చేసుకుంటూంటారు.

ధ్యానం ద్వారా మనకు సంక్రమించే అణిమ మహిమ, గరిమ, లఘిమ, ప్రాప్తి, ప్రకామ్య, ఈశత్వ, వశిత్వ అన్న అష్టవిధాన జ్ఞాన సిద్ధులే మనకు అష్టైశ్వర్యాలు! ఈ జ్ఞాన సిద్ధులను పొందిన తరువాతే మనకు భౌతిక పరమైన సంపదలను ఎరుకతో అనుభవించే అర్హత లభిస్తుంది.

ఈ ప్రపంచంలో ఎవ్వరైనా కూడా జీవించినంత కాలం హాయిగా, ఆనందంగా, ఆరోగ్యంగా జీవించాలంటే వారికి శ్రేష్ఠమైన శాకాహారం, చక్కటి వ్యాయామం మరి ఇతోధికంగా ధ్యానం స్వాధ్యాయం సజ్జన సాంగత్యం తప్పనిసరి! ఇదంతా వెరసి యోగత్వపు జీవితం! అందుకే శ్రీకృష్ణుడు అర్జునుడి "తస్మాత్! యోగీభవార్జున" అంటే "ఇక ఏ మాత్రం ఆలస్యం చెయ్యకుండా వెంటనే యోగివి కా అర్జునా" అని ఆదేశించాడు!

చిన్నచిన్న పాపాలు చిన్నిచిన్ని రోగాలను కలుగజేస్తే పెద్ద పెద్ద పాపాలు పెద్దపెద్ద రోగాలను కలుగజేస్తాయి. కనుక ధ్యానం ద్వారా మనం పొందే విశ్వశక్తితో, ఆత్మజ్ఞానంతో ఆ పాపకర్మలను దగ్ధం చేసుకోవాలి. మన శరీరంలోని ప్రతి ఒక్కకణాన్ని విశ్వశక్తితో నింపుకోవాలి. ప్రతిక్షణం విశ్వశక్తి పరిపుష్టితో కాంతి స్వరూపుల్లా విలసిల్లాలి!

" ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం "

" ఆరోగ్యం "

" ఆరోగ్యం మహాభాగ్యం " అని మనం చిన్నప్పటినుంచి వింటూనే వున్నాం కానీ .. పెద్దయిన తరువాత " మహాభాగ్యం అంటే మేడలూ, మిద్దెలూ కట్టడం " అనుకున్నాం.

మహాభాగ్యం అంటే ఆరోగ్యమే కానీ ధనం కాదు! ఆరోగ్యం అన్నదే సంపద! ధనం అన్నది భాగ్యం కాదు ..

కనుక మన మనస్సుల్లో ఆ 'ధనం' అన్నదాని మీద ప్రాముఖ్యం తీసివేసి 'ఆరోగ్యం' అన్నది పెట్టుకోవాలి. అప్పుడే 'ఆరోగ్యం' అనే మహాభాగ్యం ఎక్కడ నుంచి వస్తుంది? మన లోపలి నుంచి వస్తుంది!

"మహా ఆరోగ్యం "

మన లోపలికి మనం వెళ్ళాలి! మన లోపలికి వెళ్తే మన శరీరానికి ఆరోగ్యం వస్తుంది!

నేనిప్పుడు మహా ఆరోగ్యంగా వున్నాను ; రోజుకీ ఎంత తిరుగుతానో నాకే తెలీదు. ఎంత పని చేస్తానో నాకే తెలీదు. అంత తిరుగుతూ, అంత పనిచేస్తూ ఎన్ని సంవత్సరాలుగా తిరుగుతున్నానో లెక్కలేదు. మరి నాకు ఈ ఆరోగ్యం ఎక్కడి నుంచి వచ్చింది? నేను ఏ డాక్టర్ల దగ్గరికి వెళ్ళాను? నేను ఏ టాబ్లెట్లు వేసుకున్నాను? నేను ధ్యాన కార్యక్రమాలు చేపట్టడం వల్లనే నాకు మహా ఆరోగ్యం వచ్చింది!

" ధ్యాన సాధన ... అంతర్ శరీరాలు "

ముప్పై సంవత్సరాల క్రిందట నేను ఎంతో లోపలికి వెళ్ళడం వల్ల నాకు మహా ఆరోగ్యం వచ్చింది. నాలోకి నేను వెళ్ళగా ... వెళ్ళగా .. ఇంకేమీ లేదు ! అక్కడిదాక వెళ్ళాను ! మొదట స్థూలశరీరంలో వున్నాను. ధ్యానం చేయగా, చేయగా స్థూలశరీరం ప్రక్కకు పోయింది .. సూక్ష్మశరీరం వచ్చింది. మరి అందులో ధ్యానం చేశాను. అందులో ధ్యానం చేయగా .. చేయగా .. చేయగా .. సూక్ష్మశరీరం ప్రక్కకు పోయింది .. కారణ శరీరం వచ్చింది. మరి అందులో ఇంకా ధ్యానం చేయగా .. చేయగా .. చేయగా .. కారణశరీరం పోయింది .. మహాకారణశరీరం వచ్చింది. ఇంకా ధ్యానం చేయగా .. చేయగా ..మహాకారణం శరీరం పోయింది .. శూన్యం మిగిలింది. ఆ శూన్యంలో ఇంకా ధ్యానం చేస్తూ .. చేస్తూ ఉంటే .. ఇంకా మహా శూన్యమే ఉంది. మహాశూన్యం అవతల ఏమీ లేదు !

తిరిగివచ్చేశాను. తిరిగివచ్చేసినప్పుడు మళ్ళీ మహాకారణశరీరం కనిపించింది .. "ఓహ్" .. అనుకున్నాను. మళ్ళీ వెనుతిరిగి వస్తూంటే కారణశరీరం కనిపించింది. "ఓహ్" .. అని దాన్ని మళ్ళీ ధరించాను. మళ్ళీ ఇంకా తిరిగి వస్తూ ఉంటే సూక్ష్మశరీరం కనిపించింది. " ఓహ్ " .. అని దాన్నీ వేసుకున్నాను. మరి చివరికి వచ్చేసి మళ్ళీ ఏ ఇంట్లో అయితే ఈ స్థూలశరీరం ఉందో .. ధ్యానం చేసుకుంటూ .. మళ్ళీ ఆ శరీరంలోకి వచ్చేశాను!

" నాకు సర్వం తెలిసింది "

అప్పుడు నాకు సర్వం తెలిసింది ! స్థూలశరీరం, సూక్ష్మశరీరం, కారణశరీరం, మహాకారణశరీరం ఇవన్నీ కూడా నేనే! స్థూలమయశరీరాన్ని ' బాడీ - దేహం ' అంటాం. సూక్ష్మశరీరాన్ని 'మైండ్-మనస్స' అంటాం. కారణశరీరాన్ని 'ఇంటలెక్ట్ .. బుద్ధి ..' అంటాం. మహాకారణ శరీరాన్ని 'ఆత్మపదార్థం' అంటాం! అయితే 'నేను' అనేది ఓ మహాశూన్యం! బాడీ, మైండ్, ఇంటలెక్ట్, ఆత్మ, సర్వాత్మ ..! మహాశూన్యం!

మనం ఇక్కడ కూర్చుని ధ్యానం చేస్తున్నాం స్థూలశరీరంతో ఇప్పుడు మన 'ప్రస్తుత చిరునామా' స్థూలశరీరం ! తరువాతి అడ్రస్‌కు ఎక్కడికి వెళ్ళాలి మనం? మన సూక్ష్మశరీరానికి వెళ్ళాలి. అక్కడికి వెళ్ళాలంటే స్థూలశరీరాన్ని వదిలిపెట్టెయ్యాలి. స్థూలశరీరాన్ని వదిలిపెట్టేస్తేనే సూక్ష్మశరీరంలోకి, కారణశరీరం లోకి వస్తాం. ఈ విధంగా మనకి ఉన్న ఈ నాలుగు తొడుగులను వరుసగా ధ్యానంలో మనం చుసుకోవాలి.

"ఐదు సత్యాలు"

దేహం, మనస్సు, బుద్ధి, ఆత్మ, సర్వాత్మ! దేహచైతన్యంలో మాత్రం వుంటే .. త్రాగడం, తినడం, పడుకోవడం .. ఖానా, పీనా, సోనా .. కుంభకర్ణుడిలాంటివాడు.

శరీరం .. తమోగుణం .. కుంభకర్ణుడు
మనస్సు .. రజోగుణం .. రావణాసురుడు
బుద్ధి .. సాత్వికగుణం .. వీభీషణుడు
ఆత్మ .. శుద్ధసాత్వికం .. ఆంజనేయస్వామి
మహాశూన్యం .. నిర్గుణం .. శ్రీరాముడు

మనస్సులో వుంటే రావణాసురుడివంటివాడు. కారణశరీరంలో వుంటే విభీషణుడిలాంటివాడు. మహాకారణ శరీరంలో వుంటే ఆంజనేయస్వామి లాంటివాడు. మరి ఈ మహాశూన్యం ఉంది .. అది శ్రీరాముడు !

శరీరం సత్యమా ? .. సత్యమే !
మనస్సు సత్యమా ? .. సత్యమే !
బుద్ధి సత్యమా ? .. సత్యమే !
ఆత్మ సత్యమా ? .. సత్యమే !

మహాశూన్యం సత్యమే? .. మహాసత్యం !

" మనం ఐదు సత్యాలమయం "

మహాశూన్యం అన్నది సత్యం, ఆత్మ అన్నది సత్యం, బుద్ధి అన్నది సత్యం, మనస్సు అన్నది సత్యం, శరీరం అన్నది సత్యం. వెరసి మనం ఐదు సత్యాలమయం !

చనిపోయేటప్పుడు ఒక సత్యం వీడిపోతుంది. మిగిలిన నాలుగు సత్యాలతో కలిసి ఉంటాం. ఇంకా కొన్నిరోజులు పోయిన తర్వాత మూడు సత్యాలమయం అవుతాం. ఇంకా దూరం పోతే అది కూడా పోతుంది.

ఏకో నారాయణ! ఇక్కడ మిగులుతాం మనం, అక్కడ వుంది మన ప్రథమ మూలతత్వం! " ఓహ్ .. ఇంతకన్నా వేరే లేదు " అని మళ్ళీ మళ్ళీ వెనక్కి తిరిగి వస్తాం! తిరిగొచ్చి రకరకాల శరీరాల్లో హాయిగా ప్రవేశిస్తాం! ఇక రోగాలు లేకుండా స్థూలశరీరంలో హాయిగా జీవిస్తాం ! అశాంతి లేకుండా సూక్ష్మశరీరంలో అంటే మనస్సులో హాయిగా జీవిస్తాం. ఎక్కడా అసత్యం లేకుండా కారణశరీరంలో అంటే బుద్ధిలో హాయిగా జీవిస్తాం! ఇక ఆత్మలో బంధం ఉండదు!

శరీరం నుంచి సర్వాత్మ దగ్గరకు వెళ్ళి మళ్ళీ సర్వాత్మ నుంచి శరీరానికి రావాలి. ఈ ప్రయాణం వేరే ధ్యానం, జ్ఞానం !

" సోక్రటీస్ .. విషపాత్ర "

మన మనస్సుల్లో ఎప్పుడూ 'శాంతం' అన్నది ఉండాలి. సోక్రటీస్‌కి విషపాత్ర ఇస్తే "ఇయ్యవోయ్" అన్నాడు! ఆయన అంతకుముందే సర్వాత్మ దగ్గరకు వెళ్ళి మళ్ళీ శరీరానికి వచ్చేశాడు! 'నేను' అన్నది ఒక మహాశూన్యమైనప్పుడు ఇంకొకరు ఇచ్చేదేమిటి విషపాత్ర?!
ఎవరైతే ధ్యానం చెస్తారో .. జ్ఞానం వల్ల .. జీవితంలో ముక్తి వస్తుంది. 'ముక్తి' అంటే మనస్సులో అశాంతి ఉండరాదు .. బుద్ధిలో అసత్యం ఉండరాదు .. ఆత్మలో బంధం ఉండరాదు!

ముక్తితో వున్నవాడికి పెళ్ళాం ఉంటుంది కానీ బంధం ఉండదు! పెళ్ళాంతో పాటు బంధం ఉంటే .. అది అమోక్షం! పెళ్ళాం ఉండీ పెళ్ళాం పట్ల బంధం లేకపోతే అది మోక్షం! శరీరం ఉండీ శరీరం పట్ల బంధం లేకపోతే అది మోక్షం! శరీరం ఉండి శరీరంపట్ల బంధం ఉంటే అది అమోక్షం! అమోక్షం నుంచి మోక్షానికి .. ధ్యానం వల్ల మాత్రమే సాధ్యం.

" పరమాత్మ .. పరమ ఆరోగ్యం "

నేను .. ఒకప్పుడు అంటే .. ఒక 65 సంవత్సరాల క్రిందట .. ఒక చిన్నపాపడు! ఇప్పుడింత పెద్దవాడనయ్యాను. ఇక్కడున్న వాళ్ళందరూ అంతే, ఒకప్పుడు అంతా చిన్నపాపలు .. ఇప్పుడు వాళ్ళు కూడా పాపల్ని సృష్టిస్తున్నారు! అలాగే మనం ఒకప్పుడు చిన్ని శైశవ ఆత్మగా ఉండి .. ఈ ధ్యానంతో లోలోకి వెళ్ళిపోయి .. ఆత్మజ్ఞానంతో తిరిగివచ్చేసి బయట ఒక పరమాత్మగా విరాజిల్లుతాం ! బుద్ధపరమాత్మలాగా, కృష్ణపరమాత్మలాగా మరి మనం కూడా ఓ పరమాత్మ అవుతాం !

" పరమాత్మ కావడం ఆశ్చర్యకరం కాదు "

" ప్రతి ఆత్మ కూడానూ ఏదో ఒకరోజు పరమాత్మ అవుతుంది " అనటంలో ఆశ్చర్యం ఏమీ లేనే లేదు! ఓ పాప పెరిగితే సహజమా? పెరగకపోతే సహజమా ? పెరిగితేనే సహజం .. పెరగకపోతేనే అసహజం! అలాగే మనమంతా పరమాత్మలం కాకపోతేనే అసహజం మరి అయితేనే సహజం! పరమాత్మ కావడం ఆశ్చర్యకరం కాదు .. పరమాత్మ కాకపోవటమే ఆశ్చర్యం!

మనం ఆత్మజ్ఞానంతో పరమాత్ములం అయితే " గొప్పవాళ్ళం " ఏమీ కాదు! కాకపోతే .. " సరిఅయిన " వాళ్ళం! ఓ పాప పెరిగితే " గొప్పతనం " ఏమైనా వుందా? మరి ఏం చేస్తే ఈ పాపకి " గొప్పతనం " వస్తుంది ? లోకకళ్యాణంలో ఉంటే గొప్ప స్వంత కళ్యాణం జరిగితే గొప్ప కాదు కానీ మనవల్ల లోకకళ్యాణం జరిగితేనే గొప్ప!

" సుఖం .. ఆనందం "

లోకకళ్యాణ కార్యక్రమమే ఉదాత్తమైన కార్యక్రమం! మనం ధ్యానం చేసి తరించటం సహజం. ధ్యానం చెయ్యకుండా అలాగే ఉండటం అసహజం. కానీ ప్రక్కవాళ్ళకు ధ్యానం చెప్పడమే లోకోత్తర కార్యక్రమం! అప్పుడు మాత్రమే మనం గొప్పవాళ్ళం! నా కళ్యాణం నాకు ఆనందాన్నిస్తుంది. కానీ ప్రక్కావాళ్ళ కళ్యాణం చేయిస్తే నాకు మహదానందం వస్తుంది!

"సుఖం" అనే పదం చిన్నది. సుఖం శారీరకమైనది, "ఆనందం" ఆత్మపరమైనది. ఆనందం అనే పదం పెద్దది! సుఖం అనేది స్థూలశరీరానికి సంబంధించినది. ఆనందం మహాకారణశరీరానికి సంబంధించినది. రసగుల్లా తింటే .. శరీరంలో సుఖం! మంచి భజన వింటే మనస్సుకి ఉల్లాసం, సంతోషం! మంచి పుస్తకం చదివితే బుద్ధికి విజ్ఞానం, వికాసం! ధ్యానం చేస్తేనే ఆత్మకు ఆనందం ! కానీ .. ఇంకొకళ్ళకు సహాయం చెస్తే అది మహాదానందం .. ఇక ప్రపంచానికంతా సహాయం చేస్తే బ్రహ్మానందం !

శరీరవత్ .. సుఖం
మనోవత్ .. ఉల్లాసం, సంతోషం
బుద్ధివత్ .. విజ్ఞానం, వికాసం
ఆత్మవత్ .. ఆనందం
లోకకళ్యాణవత్ .. బ్రహ్మానందం

ఆత్మవత్ సుఖాన్నే 'ఆనందం' అంటాం! ప్రక్కవాడితో ధ్యానం చేయించడం వల్ల మహదానందం! మనకి సుఖాలూ కావాలి, సంతోషాలు కావాలి .. మరి ఆనందమూ కావాలి!

" పరిపూర్ణ జీవితం "

మనం ఇంట్లో కూర్చుని కేవలం మన సుఖం మనం చూసుకోవడం కాదు. అందరి సుఖం కూడా మనం చూసుకోవాలి. మన సుఖం మనం చూసుకొవడం అనేది కారణంతో చేసే కార్యం. కానీ అందరి సుఖానికి హేతుభూతం కావడం అనేది అకారణంతో చేసే క్రియ ! అందరూ కూడా సర్వాత్మలై పరమాత్మలు అవుదురుగాక ! ఆ స్థితికి అందరూ చేరాలంటే ధ్యానప్రచారం ప్రభోధం, ఈ రెండూ విశేషంగా అవసరం !

ఆత్మవత్ మనమందరం ఒక్కటే .. శరీరవత్ వేరు, వేరు .. మనోవత్ వేరు, వేరు .. బుద్ధివత్ వేరు, వేరు; కానీ ఆత్మవత్ మనమందరం ఒక్కటే ! శరీరవత్ నరుడు, సర్వాత్మవత్ నారాయణుడు. హనుమంతుడు ' చిన్ని ' నారాయణుడు. శ్రీరాముడు ' పెద్ద ' నారాయణుడు ! అందుకే అంటాడు "నేను నీ బంటును" అని ! విభీషణుడు 'నారాయణుడు' కాదు, రావణుడు 'నారాయణుడు' కాదు .. అంతా నరులే ! చనిపోయే లోపల మనం అన్నీ చూడాలి. సుఖాలు, సంతోషాలు, ఆనందాలు .. అన్నీ చూడాలి! అదే పరిపూర్ణ జీవితం!

" ధ్యానం సర్వప్రదాత "

ధ్యానం చేస్తేనే శారీరక ఆరోగ్యం వస్తుంది. ధ్యానం చేయకపోతే రాదు. ధ్యానం చేస్తేనే మానసిక శంతి వస్తుంది. ధ్యానం చేయకపోతే మానసిక శాంతి రాదు. ధ్యానం చేస్తేనే సకల గ్రంథాల అవగాహన వస్తుంది. సమాచారం ఈజీగా అర్థమైపోతుంది. పుస్తకం అర్థం అయితేనే బుద్ధిపరమైన వికాసం కలుగుతుంది. భగవద్గీత చదివితే నాకు మొత్తం అంతా అర్థమైపోయింది. నేను నా పదిహేనవ ఏట పండిత సర్వేపల్లి రాధాకృష్ణన్ గారి " ఇండియన్ ఫిలాసఫీ " రెండు సంపుటాలు చదివాను. చదువుతూ వుంటేనే నాకంత అర్థం అయిపోయేది ! రెండవసారి తిరిగి చదవవలసిన అవసరం వుండేది కాదు !

" చేసిందే చెయ్యం "

మనమంతా గతజన్మల నుంచి ఈ జన్మకు వచ్చాం. ఈ జన్మలో మనం గతజన్మల్లో చేసినవన్నీ చెయ్యక్కరలేదు. ఇంకేవో క్రొత్తవి క్రొత్తగా చెయ్యడానికే వచ్చాం. గతజన్మల్లో చేసినవన్నీ మనకు సహజంగానే అవగతమైపోతూ వుంటాయి. శ్రీ మంగళంపల్లి బాలమురళీకృష్ణ గారు చిన్నప్పటినుంచే కచేరీలి చేశారు. మరి మనం ఎందుకు చెయ్యం? గతజన్మల్లో సంగీతం అంతా నేర్చుకున్నారు ఆయన !

ప్రహ్లాదుడికి గతజన్మల్లో ఆత్మజ్ఞానం అంతా అయిపోయింది. కృష్ణునికి ధ్యానం మొత్తం అంతా .. గతజన్మల్లో అయిపోయింది. గతజన్మల్లో అయిపోయింది మళ్ళీ మనం పునారావృతం చెయ్యం. చదివిందే చదవం ఎప్పుడూ, క్రొత్తగా ఇంకేదో చెయ్యడానికి వ్వస్తాం గతజన్మల్లో ధ్యాన ప్రచారం చెయ్యలేదనుకుందాం .. ఈ జన్మల్లో ధ్యాన ప్రచారం కోసం వస్తాం. ఈ జన్మ అన్నది గతజన్మల నుంచి వచ్చిన మరొక పుట. ఎవరైతే ధ్యాన ప్రచారం చేస్తారో ... వారికి పునర్జన్మ లేదు; " లేదు" అంటే .. " కావాలంటే వస్తారు " కానీ కావాలని అంతగా అనిపించదు.

ఎక్కడైతే మనం చెయ్యవలసిన పని వుండదో అక్కడికి మనం వెళ్ళం ! చెయ్యవలసిన పని ఎక్కడైతే వుంటుందో అక్కడికే మనం వెళ్తాం. అది భూలోకం కానీ, మరి ఇంకో లోకం కానీ ! చెయ్యవలసిన పని మిగిలి వుంటే తప్పకుండా దానికోసం మళ్ళీ మనం తిరిగివస్తాం. చెయ్యవలసిన పని లేకుండా వుంటే మనం ఇక్కడికి రాము. ఇంకోచోటికి వెళ్తాం !

యుక్తాహారం + మితాహారం + నిరాహారం
యుక్తభాషణం + మితభాషణం + నిర్భాషణం
యుక్తయోచన + మితయోచన + నిర్యోచన
శారీరక ఆరోగ్యం కోసం .. యుక్తాహారం, మితాహారం మరి నిరాహారం. అదేవిధంగా మానసికశాంతి వుండాలంటే యుక్తభాషణం, మితబాషణం, నిర్భాషణం. బుద్ధిపరమైన ఆరోగ్యానికి .. యుక్తయోచన, మితయోచన మరి నిర్యోచన. ' నిర్యోచన ' అంటే ధ్యానం కనుక ఈ ఆరోగ్యసూత్రాలను తూ చ తప్పకుండా పాటిస్తూ వుంటే మనకు మన ఆరోగ్యం మహాభాగ్యంగా పరిణమిస్తుంది.

"అరిహంత్ .. శుభాశుభపరిత్యాగీ"

అరి + హంత్ ..

అరి = శత్రువు

హంత్ = హతం చేసినవాడు

"అరిహంత్" అంటే .. "శత్రువును హతం చేసినవాడు"

జీవుడికి ముగ్గురు శత్రువులు

మొదటి శత్రువు .. అన్ని సందర్భాలలోనూ .. తమోగుణం

రెండవ శత్రువు .. అనేక సందర్భాలలో .. రజోగుణం

మూడవ శత్రువు .. అనేక సందర్భాలలో .. సాత్వికగుణం

"తమోగుణం" అంటే .. "అలసత్వం"; "రేపటికి వాయిదా వేసే వాయిదా వేసే తత్వం"

అలసత్వం ఎప్పుడూ వుండకూడదు; రేపటికి ఎప్పుడూ పనులను వాయిదా వేయకూడదు

"శుభస్య శీఘ్రం" .. "ఆలస్యం అమృతం విషం"

A stitch in time saves nine"

తమోగుణం సర్వవేళలా ..సర్వపరిస్థితులలో .. త్యజించవలసిన గుణం

అంపశయ్యమీద వున్నప్పుడు కూడా భీష్మడికి పని అప్పచెప్పాడు - శ్రీకృష్ణుడు ..

ధర్మరాజుకు ధర్మబోధ చెయ్యమనీ .. రాజనీతి సూత్రాలు చెప్పమనీ

ఇకపోతే రెండవ శత్రువు .. అనేక పరిస్థితుల్లో .. "రజోగుణం"

"రజోగుణం" అంటే" శక్తివంతంగా అనేకానేక పనులు చేయడం"

ఇది చాలా మంచిదే, అయితే అన్ని పరిస్థితులలోనూ కాదు

సత్యాసత్య విచారణ లేకుండా మాటలు పలుకరాదు

అన్ని విధాలా ఆలోచించకుండా పనులకు ఎగబడరాదు

ఉద్రేకాలకులోనై శక్తికి మించిన పనులు ఎప్పుడు చేపట్టరాదు

ఈ విధంగా ఎన్నో .. ఎన్నో .. ఉదాహరణలు..

రెండవ శత్రువును జయించే తీరాలి.

చివరిగా మూడవ శత్రువు .. అనేక సందర్భాలలో .. "సాత్వికగుణం"

"సాత్వికగుణం" అంటే" అనుక్షణం శుభం చేయడంలో జీవించడం"

"సర్వదా కళ్యాణ కార్యక్రమాల్లో వుండడం"

అయితే, ఎక్కువగా మంచి కూడా చేయరాదు

ఎక్కువగా సహాయం కూడా చేయరాదు

ఎవరి కాళ్ళ మీద వాళ్ళు నిలబడడానికే దోహదం చేయాలి
మరొకళ్ళ పనులు ఎప్పుడూ చేయరాదు.
మరొకళ్ళ పనులు చేయడం" మంచితనం" కాదు అది" వెర్రితనం"
మన స్వంతపనులకు మనమే చేసుకోవాలి
మిగతావాళ్ళ పనులను .. వాళ్ళ చేతే .. చేయించాలి
ఈ విధంగా "సాత్విక గుణం" కూడా అనేక సందర్భాల్లో శత్రువుగా పరిణమిస్తుంది.
కనుకనే భగవద్గీతలో శ్రీకృష్ణులవారు .. "శుభాశుభ పరిత్యాగీ" అన్నారు.
"అశుభ పరిత్యాగం" అన్నది వెంటనే అందరికీ అర్థం అవుతూనేవుంటుంది.
కానీ .. "శుభ పరిత్యాగం"?
"సాత్వికం" అన్నదానిని .. అంటే "శుభాన్ని" కూడా .. అనేక సందర్భాల్లో సంపూర్ణంగా త్యజించాలి ఈ విధంగా
మూడు శత్రువులనూ సంపూర్ణంగా జయించినవాడే "అరిహంత్"
పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ గొప్ప అరిహంత్ లు
నమో అరిహంతాణాం, నమో నమో అరిహంతాణాం
అరిహంతులందరికీ నమస్కారం అరిహంతులందరికీ మహా మహా నమస్కారాలు.

" అప్పోదీపోభవ "

బుద్ధుడు తన జీవితంలో చివరిగా తన ప్రియతమ అనుచరుడు,
మరి శిష్యుడు అయిన ఆనందుడికి ఇచ్చిన సందేశం ఇది:
" ఓ ఆనందా ! నీకు నువ్వే దిక్కువి కా !
ఇతరుల మీద ఎప్పుడూ ఆధారపడవద్దు
నీ ముక్తిని నువ్వే శ్రద్ధతో సంపాదించుకో ! "

" అప్పో దీపో భవ " అంటే
" నీకు నువ్వే దిక్కువి కా " అని
అంటే " Be A Light Unto Yourself " అని
అప్పో = నీకు నువ్వే
దీపో = దీపమువి, దిక్కువి
భవ = అవు

* **" నీకు నువ్వే దిక్కువి కా " అన్నదే పరమసత్యం**
* **" తులసీదళ " పాఠకులందరకూ ఇదే ప్రథమ,**
మరి అంతిమ సందేశం

అపసవ్యం నుంచి సవ్యం వైపుకు "

" సత్యం " అన్నది దేశ కాల పరిస్థితులకు అతీతమైనది
జీవితంలో ప్రప్రధమంగా పరిశోధించవలసినదే సత్యం
జీవితంలో ప్రప్రధమంగా తెలుసుకోవలసినదే సత్యం
జీవితంలో ప్రప్రధమంగా కూలంకషంగా గ్రహించవలసినదే సత్యం
" అహం ఆత్మా " అన్నదే " సత్యం "
" మమాత్మా సర్వభూతాత్మా " అన్నదే " పరమ సత్యం "

" ధర్మం " అంటే అది విధిగా ఆచరించవలసింది
ధర్మం అంటే అది తప్పనిసరిగా అనుసరించవలసింది
ధర్మం అన్నది సదా సత్యం మీదే ఆధారపడి వుంటుంది
సత్యం తెలుసుకున్న తరువాతే మరి ధర్మం అవగతం అవుతుంది
ఒకవైపు సత్యం పట్ల .. మరొక వైపు దేశ కాల పరిస్థితుల పట్ల మొగ్గు చూపుతూ
" మధ్యేమార్గం " లో వుండేదే " ధర్మం "
" సవ్యం " అంటే " సరియైనది "
" అపసవ్యం " అంటే " సరికానిది "
" సత్య-ధర్మాలు " తెలియకపోతే జీవితం " అపసవ్యం " గా ఉంటూ
క్రింద మీద అవుతూ సుడిగుండంలా వుంటుంది

సత్య- ధర్మాలు కూలంకషంగా తెలియడం ద్వారా
జీవితం ప్రశాంత సరోవరం లాగా " సవ్యం " అయినప్పుడు ..
ఏది తినాలో అదే తింటాం .. ఏది తినకూడదో దానిని వదిలి పెడతాం
ఏది మాట్లాడాలో అదే మాట్లాడుతాం .. ఏది మాట్లాడకూడదో అది మాట్లాడం
ఎలా జీవించాలో అలానే జీవిస్తాం .. ఎలా జీవించకూడదో అలా ఇక జీవించం
సత్యజాగృతి, ధర్మావగాహనల ద్వారా
సరికాని ఆలోచనలన్నీ సరియైన ఆలోచనలుగా మార్పు చెందుతాయి
సరికాని మాటలన్నీ సరియైన మాటలుగా మార్పు చెందుతాయి
సరికాని తిండివిధానాలన్నీ సరియైన తిండివిధానాలుగా మార్పు చెందుతాయి
వెరసి మనలోని అపసవ్యాలన్నీ క్రమక్రమంగా సవ్యాలుగా మారిపోతాయి
" అంతా సవ్యం " గా మారిపోయిన జీవితమే " దివ్యం "

సత్యం, ధర్మం తెలుసుకుని ధర్మాచరణ ద్వారా జీవితం అంతా సవ్యం అయినప్పుడు ..
ఆ జీవితం " దివ్యజీవితం "
ఆ జీవుడు " దివ్యుడు "
జీవితం దివ్యమైనప్పుడు పరంపరగా జీవితం " భవ్యం " అవుతుంది
అంటే అప్పుడే సకల సుఖశాంతులు, ఆరోగ్య, ఐశ్వర్యాలు పుష్కలంగా సమకూరుతాయి
అపుడు ఎటుచూసినా మిత్రులే వుంటారు
ప్రతి ఒక్క ప్రాణి కూడా మన మిత్రబృందంలో సంతోషంగా చేరుతుంది
అన్ని వైపులనుంచీ ధారాపాతంగా మిత్రలాభాలు సదావర్షిస్తూనే వుంటాయి

అదీ " భవ్య జీవితం " అంటే !
" సవ్యం " " దివ్యం " కాని జీవితం ..
" భవ్యం " ఎన్నిటికీ కాజాలదు
" సత్యం " ధర్మం " తెలియని జీవితం ..
" సవ్యం " ఎన్నటికీ కాజాలదు

సత్యం శరణం గచ్ఛామి!
ధర్మం శరణం గచ్ఛామి!
సవ్యం శరణం గచ్ఛామి!
దివ్యం శరణం గచ్ఛామి!
భవ్యం శరణం గచ్ఛామి!

అనుభవమే జ్ఞానం

సహనంగా మనం సాధన చేస్తూ చేస్తూ ఉంటే ఎన్నో అనుభవాలు వస్తాయి. లోపల శక్తి సంచారం జరుగుతుంది. శక్తిక్షేత్రం ఉత్తేజితం అవుతుంది. మూడోకన్నులో కొన్ని కొన్ని రంగులు కనబడతాయి, చెట్లు కనబడతాయి, గుడులు కనబడతాయి గెడ్డం గాళ్ళు కనబడతారు. ఎవరెవరో చనిపోయిన వాళ్ళంతా కనబడుతూంటారు. వాళ్ళు ఫస్టు ఏదో మాట్లాడడానికి ప్రయత్నిస్తారు. మనకి వినపడదు. వాళ్ళు మాట్లాడుతూంటారు గానీ మనకు వినపడదు. ఎందుకంటే మన దగ్గర తగిన శక్తి ఉండదు. తరువాత మెల్లిమెల్లిగా వినపడటం మొదలవుతుంది. తరువాత సూక్ష్మ శరీరంతో మనల్ని వాళ్ళు అన్ని లోకాలూ తిప్పుతారు. మన జన్మలన్నీ చూపిస్తారు. వీటినే అనుభవం అన్నాం. ఈ "అనుభవమే జ్ఞానం"

"అంతిమ ధ్యేయాలు"

మనం "త్రికాల జ్ఞానులం" కావాలి
మనం "త్రిలోక సంచారులం" కావాలి
"ఈ మాంస పిండాన్ని మంత్రపిండం చేయాలి"
ఇవే, ప్రతి వ్యక్తి జీవితం యొక్క అంతిమ ధ్యేయాలు;
ఇవన్నీ జన్మ పరంపరలో ధ్యానం ద్వారా సుసాధ్యాలు
ఏ జన్మలో ఈ అంతిమ ధ్యేయాలను సాధించడానికి పూనుకుంటామో ..
ఆ జన్మ "ఆఖరి జన్మ" అయి తీరుతుంది
"యద్భావం తద్భవతి"
"యా మతిః సా గతిర్భవేత్"
అంటే, "మన 'మతి' ఎలా వుంటుందో మన 'గతి' కూడా అలాగే వుంటుంది"
మన 'మతి' లోఈ ధ్యేయాలు పెట్టుకుని దీక్షతో సాధన కొనసాగిస్తే
మన 'గతి' కూడా తప్పకుండా అలాగే వుంటుంది
అంతిమ ధ్యేయాలే లక్ష్యాలుగా పెట్టుకుందాం
ఈ జన్మను ఆఖరు జన్మగా చేసుకుందాం

అంతర్ జీవితం

రెండు రకాల జీవితాలు ఉన్నాయి:

ఒకటి బాహ్య జీవితం.

రెండు అంతర్ జీవితం..

బాహ్య జీవితం గురించి నాకు అంతా తెలుసు అనుకుంటారు- అలాగే

అంతర్ జీవితం అనేది లేనే లేదు అని అనుకుంటారు.

అయితే, వాస్తవానికి అంతర్ జీవితమే బాహ్య జీవితానికి పరిపూర్ణతనిచ్చేది;

అంతర్ జీవితమే బాహ్యజీవితానికి పరిపుష్ఠిని ప్రసాదించేది.

అంతర్ జీవిత రహిత బాహ్య జీవితం ఇసుక పర్ర మీద కట్టిన కట్టడం;

అంతర్ జీవితం వినా బాహ్య జీవితం అన్నది గాలిలో మేడలు కట్టడం లాంటిది

అంతర్ జీవిత సహిత బాహ్యజీవితం అన్నది పునాదుల మీద కట్టబడిన రాజసౌధం

అంతర్ జీవితమే బాహ్య జీవితాన్ని పూర్తిగా సువిదితం తెలియజేయగలిగేది.

అంతర్ జీవితం అన్నది ఆత్మజ్ఞానమయం - ఆత్మాను భవమయం.

బహిర్ జీవితం అందరికీ చూపించగలిగినది..

అంతర్ జీవితం అందరికీ చూపించలేనిది..

అంతరంగ జీవితం ద్వారా బహిరంగ జీవితం అర్థవంత మవుతుంది.

తేజోవంతమౌతుంది; ధర్మార్థ కామమోక్షదాయకం అవుతుంది.

అంతర్ జీవితం అన్నది సజ్జన సాంగత్యం ద్వారా మొట్టమొదటి సారిగా పరిచయం అవుతుంది.

తర్వాత నిరంతర ధ్యాన, స్వాధ్యాయాల అభ్యాసాల ద్వారా సుశిక్షతమౌతుంది

"అంతా పూర్ణమే"

అనేక రకాల వైవిధ్యాలతో కూడి తనదైన ప్రత్యేకతను కలిగివున్న ఈ సృష్టిలో .. ప్రతి ఒక్కటీ గొప్పదే .. ప్రతి ఒక్కటీ సత్యమే .. ప్రతి ఒక్కటీ పూర్ణమే !

" ఓం పూర్ణమిదం పూర్ణమదం పూర్ణాత్ పూర్ణముదచ్యతే
పూర్ణస్యః పూర్ణమాదాయ పూర్ణమేవావశిష్యతే "

అంటూ ఈశావాశ్యోపనిషత్ మనకు అద్భుతమైన శాంతి సందేశాన్ని ఇచ్చింది.
" అది పూర్ణమే, ఇదీ పూర్ణమే .. పూర్ణంలోంచి పూర్ణం తీసేస్తే మిగిలేదు పూర్ణమే ! "

ఈ సకల చరాచర సృష్టిలో వున్న ప్రతి ఒక్కటీ పూర్ణమే మరి ప్రతి ఒక్కటీ విశిష్టమైనదే ! పుట్టాక ఈ భూలోకం ఎంత క్రొత్తగా కనిపిస్తుందో .. చనిపోయాక పైలోకాలు కూడా అంతే క్రొత్తగా కనిపిస్తాయి.

ఇలా " ఈ సృష్టి అంతా అనేక రకాల వైవిధ్య భరితమైన స్థితులతో అలరారుతున్న ఏకత్వం యొక్క విశ్వరూపమే " !అన్నది అర్థం చేసుకోకుండా ఆజ్ఞానంతో " ఇది తప్పు, అది తప్పు" .. " వీడు మంచివాడు, వాడు చెడ్డవాడు " .. " ఇది సరియైనది, అది సరికానిది " అంటూ సృష్టిరచనను తప్పు పట్టకూడదు.

నడక నేర్చుకుంటూన్న చిన్నపిల్లవాడు వేసే తప్పటడుగులు " తప్పులు " కానట్లే .. ఈ ప్రపంచంలో ఏ ఒక్కటీ " తప్పు" కాదు. సంగీతం నేర్చుకునేటప్పుడు మొదట్లో అపస్వరాలు సహజంగానే పలికినట్లు .. సత్యాన్ని అవగాహన చేసుకునే క్రమంలో ప్రతిఒక్కరూ " తప్పులు " చేస్తూనే వుంటారు ! కాలక్రమంలో ఆ తప్పులను సహజంగానే సరిదిద్దుకుంటూనే వుంటారు.

ఇదంతా ప్రకృతి సహజం ! సూర్యుడు ఉదయించినప్పుడు ఎంతో అందంగా, ఆహ్లాదంగా వుంటాడు. అదే సూర్యుడు మధ్యాహ్నం సమయంలో చండప్రచండంగా నిప్పులు క్రక్కుతూ వుంటాడు. మళ్ళీ సాయంత్రానికి చల్లబడిపోయి హాయి గొలుపుతూ ఉంటాడు. పూర్ణస్వరూపం అయిన సూర్యుడు " ఒకప్పుడు మంచిగా వున్నాడు .. మరొకప్పుడు మంచిగా లేడు " అనుకోగలమా? !

అలాగే చంద్రుడు కూడా ! విదియ, తదియ మొదలుకుని అమావాస్య లేదా పౌర్ణమి వరకూ చంద్రుడు ఏ రోజు బాగుండడు? అన్ని రోజులూ చల్లనైన తన వెన్నెలను విరజిమ్ముతూ అందంగానే ఉంటాడు ! అన్ని రోజులూ, అన్ని స్థితుల్లో కూడా పూర్ణంగానే వున్నాడు.

ఒకానొక సితార్ విద్వాంసుడు తన పెళ్ళి అయిన రోజు కచేరీ చేసి ఎంతో ఆనందంగా సితార్ మీద అద్భుతమైన రాగాలను పలికించాడు. అదే విద్వాంసుడు మళ్ళీ ఇంకోసారి కచేరీ చెయ్యాల్సి వచ్చినప్పుడు పాపం క్రితం రోజు రాత్రి అతని తల్లి అకస్మాత్‌గా మరణించడంతో అతను " సంగీత కచేరీకి వెళ్ళలేను " అనుకున్నాడు. కానీ స్నేహితుల బలవంతం మీద కచేరికీ వెళ్ళి .. సితార్ పై రాగాలు పలికించాడు.

కానీ ఆనందానికీ మరి దుఃఖానికీ వున్న తేడా అతని రాగాలలో ప్రతిబింబించడంతో అతని తల్లి చనిపోయిన విషయం తెలియని శ్రోతలు " కచేరీ అంత గొప్పగా ఏం లేదు " అని పెదవి విరిచారు. పూర్ణత్వానికి ప్రతీక అయిన ఆ సంగీతజ్ఞుడు తల్లిపోయిన దుఃఖాన్ని దిగమ్రింగుకుని కూడా వచ్చి అంత మాత్రమైనా కచేరీ చేయడం ఎంత అద్భుతమైన విషయం !

అలాగే మంచి " బ్యాటింగ్ పిచ్ " మీద సెంచరీ చేసి చప్పట్లు కొట్టించుకున్న ఒకానొక బ్యాట్స్‌మెన్ .. ఇంకో ఆటలో ఇంకో పిచ్ మీద పది రన్‌లు కూడా చెయ్యలేకపోతే అంతకు ముందు చప్పట్లు కొట్టిన ప్రేక్షకులే అతనిని తిట్టిపోస్తారు. " ఆ ' పిచ్ ' కూ .. ఈ ' పిచ్ ' కూ మధ్య తేడా వుంది కాబట్టే బ్యాట్స్‌మెన్ ఆటలో మార్పు వచ్చింది " అని వాళ్ళకు తెలియదు.

" అయిదు రన్స్ కొడితేనే కష్టం అనుకునే ఆ పిచ్ పై పది రన్స్ కొట్టడమే గొప్ప " అన్నది ఆ పిచ్ నాణ్యత తెలిసిన బ్యాట్స్‌మెన్‌కీ మరి ఆటలో నైపుణ్యం వున్నవాడికీ మాత్రమే తెలుస్తుంది ! కానీ టీవీలో ఆటను చూసి పెదవివిరిచే వారికి అది ఎంత మాత్రం తెలియదు.

" రకరకాల సమస్యలు " అనే సుడిగుండాలలో మన జీవితం గిరగిరా సదా తిరుగుతూనే వుంటుంది. ఆ సుడిగుండాల్లో ఎవరు ఎంత చేసినా అది పర్‌ఫెక్ట్‌గానే వుంటుంది. చూసేవారికి ఆ సుడిగుండం యొక్క వేగం, లోతు తెలియదు కాబట్టి వాళ్ళకు తోచిందేదో అంటూంటారు. కాబట్టి సంగతి తెలుసుకుని మాట్లాడాలి ! ఇదంతా కూడా " ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానశాస్త్రం " అన్నదానిని సమగ్రంగా అధ్యయనం చేసిన వారికే తెలుస్తుంది.

"అంతా సత్యమే"

అనాదిగా "చార్వాక సిద్ధాంతం"

అదే ఇప్పటి కమ్యూనిస్టువారి "నాస్తిక పరిభాష".. మరి "హేతు వాదం"..

"జగత్ సత్యం..బ్రహ్మ మిధ్య..జీవో జగద్దైవ నా పరః" అంటోంది

అంటే "ఈ కంటికి కనపడే జగత్తే సత్యం..

ఈ చర్మచక్షువులకు కనపడనిది ఇంకా ఏదో ఉంది అనుకోవడం భ్రమ..

'జీవుడు ' అంటే ఈ కంటికి కనపడే భౌతిక శరీరమే కానీ.. అంతకంటే ఏమీ కాదు;

చనిపోయిన తర్వాత శరీరం నుంచి విడివడే 'ఆత్మ పదార్థం' ఏదీ లేదు" అన్నది వారి భావన అయితే దీనికి

భిన్నంగా ఆస్తికవాదులు అనాదిగా నొక్కివక్కాణిస్తోన్న సూత్రం..

"జగత్ మిధ్య.. బ్రహ్మ సత్యం.. జీవో బ్రహ్మైవ నా పరః"

అంటే.. "ఈ కంటికి కనపడే జగత్తే ఏ అస్తిత్వం లేనిది..

కంటికి కనపడని అస్తిత్వమే నిజమైన చైతన్యం కలిగి ఉన్నది

'జీవుడు' అంటే కేవలం భౌతిక పదార్థం మాత్రమే కాదు..

'జీవుడు' అంటే ఆ బ్రహ్మమే.. మరి ఆ సృష్టివ్యాప్త ఆత్మపదార్థమే"

"భౌతికాయం చనిపోయిన తరువాత ఆత్మ అన్నది నిలిచే వుంటుంది" అన్నదే "ఆస్తిక పరిభాష"

దీనికి కూడా ప్రత్యామ్నాయంగా మరొక పరిభాష కూడా ఉంది మరి అదే "భౌద్ధిక పరిభాష"

బౌద్ధిక పరిభాష.. "జగత్ శూన్యం.. బ్రహ్మ శూన్యం.. జీవో శూన్యైవ నా పరః" అంటోంది

అంటే.. "ఈ జగత్తు అంతా శూన్యమే.. బ్రహ్మ కూడా శూన్యమే

మరి అందులోవున్న 'జీవుడు' కూడా మహాశూన్యమే.. అంతేకానీ.. వేరు ఏదీ కాదు" అని

ఈ మూడు భిన్న విభిన్న దృక్పధాలు ఎన్నో రకాలుగా ఎంతోమందికి ఉపయోగపడ్డాయి..

ఎంతోమందిని శాంతపరచాయి.. మరెంతో మందిని కల్లోలపరచాయి కూడా

అయితే.. అసలు సిసలైన "పిరమిడ్ సిద్ధాంతం" మాత్రం

"జగత్ సత్యం .. బ్రహ్మ సత్యం.. జీవో ద్వయమపి నా పరః" అంటోంది

అంటే.. "శరీరంతో పాటు ఈ కంటికి కనపడే జగత్తు,

కంటికి కనపడని చైతన్యం మరి అనేకానేక లోకలు సత్యమే..

అసలు ఈ 'జీవుడు'.. ఏక కాలంలో..రెండూనూ"

అన్నపూర్ణ - ధ్యానపూర్ణ

ఆంధ్రరాష్ట్రం భారతదేశానికి అన్నపూర్ణ.
- మన రాష్ట్రంలోనే ప్రత్యేకమైన అన్నపూర్ణ ప్రాంతాలు కృష్ణ, గోదావరి డెల్టాలు.
అందులోనూ డెల్టా అనగానే ప్రధానంగా గుర్తు వచ్చేది తెనాలి.
ఎప్పుడూ కళకళ లాడే ప్రాంతం.

సమృద్ధిగా పంటలు పండించుకుని, పుష్టిగా తిని కంటినిండా నిద్రపోయే ప్రజలు.
పాపం ఇదే జీవితం అనుకుంటున్నారు.

అయితే, అన్నీ ఉన్నా, ఏదో అసంతృప్తి, ఏదో వెలితి.
బహిరంగంగా ప్రకటించకపోయినా లోలోపల శూన్యతను అనుభవిస్తూనే ఉంటారు.
ఒక్కో రోజు నిద్ర వస్తుంది, ఒక్కో రోజు రాదు.
ఒక్కో రోజు సంతోషం ఉప్పెనలా పొంగుతుంది;
ఇంకో రోజు దుఃఖం వరదలా వస్తుంది.

కడుపు నిండుగా ఉన్నా గుండె మాత్రం ఖాళీయే. భక్తి మార్గం ఉంది కానీ ముక్తి మార్గం లేదు.

మాదే ముక్తి మార్గం, మాదే ముక్తి మార్గం -

అన్ని రకరకాలుగా, వివిధ మతాల ప్రబుద్ధుల ప్రలోభాలకు లోబడి ఎన్ని పూజలు చేసినా, ఎన్ని వ్రతాలను ఆచరించినా, ఎన్ని నోములు నోచినా, యజ్ఞయాగాదులు ప్రదక్షిణలు, జపాలు ఎన్నింటిని చేసినా ఫలితం మాత్రం మృగ్యం.

జీవితంలో ఏదీ పుష్పించలేదు. ఒక్కటి మాత్రం జరుగుతోంది...
జేబులు మాత్రం ఖాళీ అవుతున్నాయి. అయితే ప్రస్తుతం పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీలు ఆవిర్భవిస్తున్నాయి.
ప్రబుద్ధులు కాకుండా నిజమైన బుద్ధుళ్ళు రంగ ప్రవేశం చేస్తున్నారు.

అన్నపూర్ణ అయిన అంధ్రరాష్ట్రం ధ్యానపూర్ణగా మారిపోతుంది.

ధ్యానం వల్లనే జ్ఞానం - జ్ఞానం వల్లనే ముక్తి అని అందరూ తెలుసుకునే రోజులు వచ్చేశాయి.

"అన్నమయ్య"

"అన్నమయ్య" గొప్ప యోగి, గొప్ప జ్ఞాని
కనుకునే, ఈ క్రింది విషయాలు చెప్పగలిగాడు -

"చూచే చూపొకటి, సూటి గురి యొకటి,
తాచి రెండూ నొకటైతే దైవమే సుండీ"

"భావమే జీవాత్మ, ప్రత్యక్షము పరమాత్మ
తావు మనోగోచరుడు దైవమే సుండీ."

"చూచే చూపు" అంటే "లోచూపు" – దివ్యదృష్టి
"సూటి గురి" అంటే "బ్రహ్మజ్ఞానం" అనే లక్ష్యం

"తాచి రెండూ నొకటైతే" అంటే
"దివ్యదృష్టి ద్వారా బ్రహ్మజ్ఞానం పొందినప్పుడు"
"దైవము నుండీ" అంటే "అప్పుడు మనమే దైవాలము" అని.
'నేను' అనే భావమే జీవాత్మ; ప్రకృతి అంతా పరమాత్మ
అనంతకోటి బ్రహ్మాండాలను ప్రత్యక్షంగా దివ్యదృష్టితో చూడగలిగే
'మనోగోచరుడు' అయినవాడే 'దైవం' అనబడతాడు.

అన్నమయ్య చెప్పిన మరికొన్ని సత్యాలు:

"కాయపుటూపిరిలోనే గని యున్నది"

"ఊపిరిలో దేవుడున్నాడు యోగీంద్రులకు"

"చిత్తమంతర్ముఖము సేసుకొననేర్చెనా అత్తల నతడు
'యోగి' యనబడును;
"సత్తసత్తనెడి సువిచారంబు గలిగెనా
'ఉత్తమ వివేకి' యని ఊహింపబడును"

"అన్నింటికన్నా గొప్ప యోగం రాజయోగం"

ఆత్మవికాసం కోసం ఆత్మతో, ఆత్మ సమక్షంలో జరిగే ప్రక్రియనే ' ధ్యానం ' అంటారు ; బుద్ధుడు ప్రబోధించిన ' ఆనాపానసతి ' ధ్యానం ఉత్తమమైనది ; మనిషికి వాక్శుద్ధి ప్రధానం. ధ్యానంతో మానవుడు దివ్యుడవుతాడు.

" యోగం అంటే కలయిక " ... మనస్సు - శరీరంతో కలిస్తే ' కర్మయోగం ' ; మనస్సు - బుద్ధితో కలిస్తే ' జ్ఞానయోగం ' ; బుద్ధి - ఆత్మతో కలిస్తే ' రాజయోగం '.

పరిపరివిధాల పరిభ్రమించే మనస్సును అధీనంలోకి తెచ్చుకోవాలి ; అది ధ్యానం ద్వారానే సాధ్యం ; కేవలం వాక్కుల వలన ఎవ్వరూ జ్ఞానులు కాలేరు ; స్వయం సాధన వల్లనే జ్ఞానం సిద్ధిస్తుంది ; ఎవరి జీవితానికి వారే నిర్దేశకులు ; ధ్యాన సాధన ద్వారానే శాశ్వత ఆనందం పొందగలం ; కారణం లేకుండా ఏ కార్యమూ వుండదు ; అదే పరమ విజ్ఞాన సారం.

యోగాలన్నింటిలో ' రాజయోగం ' గొప్పది, అదే ' శ్వాస మీద ధ్యాస '. మరణానికి వెరవని వారే ఆత్మజ్ఞానులు.

జ్ఞానం పరిపూర్ణంగా వుంటే కర్మ పరిపూర్ణంగా వుంటుంది ; ' శుభం ' , ' అశుభం ' అన్నవి చచ్చిపోతేనే జ్ఞానం ఉదయిస్తుంది ; ఎవరికి వారు పరతంత్రం వదిలి స్వతంత్రంగా ఎదగాలి, జీవించాలి.

గురువు కేవలం మార్గనిర్దేశకుడు మాత్రమే. గురువు కేవలం సూచనలు మాత్రమే ఇవ్వగలడు. కార్యకారణ ధర్మాలను వివరించడం మాత్రమే గురువు వంతు.

ఏ రంగంలోనైనా అగ్రగాములం కావాలంటే ధ్యాన సాధన చక్కగా ఉపయోగపడుతుంది ; ధ్యానం ప్రతిఒక్కరి జీవితంలో నిత్యక్రియ కావాలి.

కృష్ణుడంటే నిత్యనూతనంగా ఉండేవాడు ; అందరూ కృష్ణుడిలా వుండాలి.

యోగం అంటే నిత్యమూ కర్మ చేయడం ; అకర్ములుగా ఎప్పుడూ ఉండకూడదు ; కర్మ ఫలితాలు ఆశిస్తే అనివార్యంగా దుఃఖం సంభవిస్తుంది.

" అందరూ ' నందనులు ' గా ఉందురుగాత "

మనిషిని ఏ పేరుతో పిలిస్తే ఏమిటి ? సంవత్సరాన్ని ఏ పేరుతో పిలిస్తే ఏమిటి ?
అన్ని పేర్లూ ఒక్కటే.
" రోజా పువ్వును ఏ పేరుతో పిలిచినా .. అది రోజా సువాసననే ఇస్తుంది " ..
అన్నారు విలియం షేక్స్పియర్ మహాత్ములు
" What's in a name ? That which we call a rose
By any other name would smell as sweet. " -William Shakespeare

మారవలసినవి మన గుణగణాలు
" గుణం " అన్నది కర్మల మీద ఆధారపడి వుంటుంది
కర్మలు చేస్తూ చేస్తూ వుంటే .. " గుణం " అన్నది మెల్లిగా మారుతూ, మారూతూ వుంటుంది
" గుణం " అన్నది అంతరాత్మ యొక్క యదార్థస్థితి
" కర్మలు " అన్నవి బాహ్యప్రపంచంలో .. మరి ఇతర ప్రాణకోటితో .. మనం నెరపే వ్యవహారాలు
కర్మలు చేస్తూ చేస్తూ వుంటే .. గుణాలు మెల్లిమెల్లిగా మారుతూ ఉంటాయి
అలసత్వంలో, బద్ధకంలో, అకర్మలో మునిగితే " తమోగుణం "
అహంకారంలో, విచక్షణారాహిత్యకర్మల్లో మునిగి వుంటే " రజోగుణం "
గౌరవ ఆదరాలతో, వినయంతో .. పరస్పర హితకర కర్మల్లో .. మునిగితే " సత్వగుణం "
ఆత్మ యొక్క జన్మజన్మల సహజపరిణామక్రమంలో ..
తమోగుణం అన్నది తొలి మజిలీ ..
రజోగుణం అన్నది రెండో మజిలీ ..
సాత్విక గుణం మూడవ మజిలీ ..
" నిర్గుణం " అన్నది చివరాఖరి స్థితి ..

నీటిలో మునిగితే స్నానం .. శ్వాసలో మునిగితే ధ్యానం
ధ్యానానుభవాల ద్వారా ఆత్మసత్యంలో మునిగితే " జ్ఞానం " ..
అదే " నిర్గుణం " .. మరి అదే " నిర్వాణం "

నిర్గుణుడైనవాడు ఇక లోకకల్యాణ కార్యక్రమాలలో మునుగుతాడు
లోకకల్యాణంలో మునిగితే .. అదే " పరినిర్వాణం " .. అదే " మహాపరినిర్వాణం "
లోకకల్యాణ కార్యక్రమాల్లో మునిగితేనే ఏ ఆత్మకైనా నిజమైన ఆనందం, నిజమైన సంతోషం
" నందన నామ " సంవత్సరంలో అందరూ " నందనం " లో మునుగుదురుగాక
" నందనం " అంటే " సంతోషం " .. " నందనం " అంటే " ఆనందం "
అందరూ 'నందనులు' గా ఉందురుగాత.

అందరూ బుద్ధుళ్ళుగా కావాలి

శాకాహారమే తీసుకోవాలి. ప్రపంచంలో అన్నింటికన్నా దరిద్రమైనది మాంసం. మాంసాహారులందరూ మాంసాహారాన్ని వదిలిపెట్టి శాకాహారులు కావాలి. ప్రతి ప్రాణీ దైవాంశమే.

శాకాహార భోజనం, అదీ - మితంగా తీసుకోవాలి. నాలుగు ఇడ్లీల దగ్గర మూడు ఇడ్లీలు, మూడు ఇడ్లీల దగ్గర రెండు తినాలి. గాంధీజీ గారు వారానికి ఒకరోజు ఉపవాసం చేసేవారు. మనం కూడా ఉపవాసం అభ్యాసం చెయ్యాలి. రోజంతా పని చేసి చేసి రిలాక్స్ ఎలా అవ్వాలనుకుంటామో, సరిగ్గా మన భౌతికశరీరం కూడా అంతే. నేను ఒక సంవత్సరం కేవలం జ్యూస్‌లు మాత్రం త్రాగి వున్నాను.

చిన్నప్పటి నుంచి అందరూ పండితులు కావాలి. 'ఉపనయనం' అంటే మూడవకన్ను తెరుచుకోవడం. చిన్నవయ్యస్సులోనే అందరూ మూడవకన్ను తెరుచుకుని పై లోకాలను దర్శించాలి. పై లోకాలను దర్శించడమే ఉపనయనం. అప్పుడే క్రింద లోకాల్లో ఏడవకుండా ఆనందంగా వుండగలం. అప్పుడే మనం 'Take It Easy' అనగలం.

ఏడ్చేవారూ, టెన్షన్ ఫీల్ అయ్యేవారూ .... అందరూ అజ్ఞానులు. రాముడు పధ్నాలుగు సంవత్సరాలు వనవాసానికి వెళ్ళాడు... రాముడికి ఏదైనా టెన్షనా? బాధా? ఏడ్చాడా? లేదే. దశరథుడికే టెన్షన్, బాధ. జీసస్‌ను శిలువకేసి మేకులు కొట్టారు. ఆయన బాధ గానీ, టెన్షన్ గానీ పడ్డాడా? లేదే. మనం జీసస్, శ్రీకృష్ణలా కాకపోతే పామరులం. కనుక మనం ధ్యానులుగా అంటే పండితులుగా మారాలి
అందరూ బుద్ధుళ్ళుగా కావాలి.

ఆనాపానసతి

మనిషి తనను తాను మరిచిపోయాడు.
మనిషి తనను తాను పోగుట్టుకున్నాడు.
మనిషి తనకు తాను శూన్యమైపోయాడు.
ఫలితం? పర్యవసానం?
ఫలితం - దుఃఖం.
పర్యవసానం - అర్థరహితమైన జీవితం.
ఇదీ సగటు మానవుని రీతి, తీరు - ప్రపంచమంతటా.
ఇదే తీరు ప్రతి జిల్లా లోను, ప్రతి గ్రామం లోనూ, ప్రతి కుటుంబం లోనూ,
ఇలాగే, అన్ని ప్రాంతాల్లోనూ, అన్ని రాష్ట్రాల్లోనూ,
అయితే, ఇప్పుడు పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ వచ్చాయి: ఆంధ్రరాష్ట్రమంతటా వచ్చాయి: ఇతర రాష్ట్రాలలోనూ, ఇతర దేశాలలోనూ వెలుస్తున్నాయి. ఇప్పుడు ఎవరిని వారు గుర్తు తెచ్చుకోవచ్చు.

ఎవరికి వారు స్వస్థతను రాబట్టుకోవచ్చు.

ఎలా? అంటే - ఆనాపానసతి ద్వారా.

అంతే, అంతే, అంతే...

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ యొక్క ధ్యానుల మూల ఆధ్యాత్మిక సిద్ధాంతం అనాపానసతి ధ్యాన అభ్యాసం.

ప్రజలందరినీ ధ్యానులుగా, యోగులుగా, ఋషులుగా తీర్చిదిద్దడానికి కంకణం కట్టుకున్నాయి పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్.

ఆనాపానసతి ధ్యానాభ్యాసం చేయండి. అందరి చేతా చేయించండి.

ధ్యాన, జ్ఞాన ప్రచార యజ్ఞాలలో భాగస్వాములు కండి.

ధ్యానభాగ్యాన్ని పొందండి. ఆత్మ సామ్రాజ్యాన్ని ఏలండి.

వాయుపుత్రులు కండి. రామ మిత్రులు కండి.

"ఆనాపానసతి"

ధ్యానప్రచారానికి ప్రతీక గౌతమ బుద్ధుడు
పిరమిడ్ మాస్టర్లంతా బుద్ధుళ్ళే
ధ్యానప్రచారార్ధమై భూమిపైన అవతరించినవారే
గౌతమ బుద్ధ ప్రసాదం అష్టాంగ మార్గం
అష్టాంగమార్గంలోని చివరి అంగం "సరియైన ధ్యానం"
“సరియైన ధ్యానం” అంటే “ఆనాపానసతి”
“ఆనాపానసతి” అంటే “శ్వాస మీద ధ్యాస”
దాన్ని మనం గట్టిగా పట్టుకుంటే చాలు.....
మొదటి ఏడు అంగాలు వాటంతట అవే మన వెనుక వస్తాయి
ఈ సత్యాన్ని పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ ప్రపంచమంతా ఎలుగెత్తి చాటుతోంది

ప్రపంచానికి ప్రాపంచిక మార్గదర్శి ‘U.N.O’
ప్రపంచానికి ఆధ్యాత్మిక మార్గదర్శి పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్ మెంట్
మనకు తెలసి ఆనాపానసతి ప్రబోధం జరుగుతోంది కొంత
తెలియకుండా జరుగుతోంది కొండంత
పూర్తి భూగోళాన్ని ఆత్మమయం చేయడం కోసమే
మనం... పిరమిడ్ మాస్టర్స్....పుట్టాం

" ఆనాపానసతి "

మన ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసలతో మనం కలిసి వుండాలి
దీనినే పాళీ భాషలో " ఆనాపానసతి " అన్నాం
" ఆన " అంటే " ఉచ్ఛ్వాస " " అపాన " అంటే " నిశ్వాస "
" సతి " అంటే " కూడుకుని ఉండటం "
మన పనికిరాని ఆలోచన స్రవంతి నిలిచిపోవడానికి
వున్న ఒకే ఒక అద్భుతమార్గం " ఆనాపానసతి "
మన " పనికిరాని ఆలోచనా స్రవంతి " నిలిచిపోతూనే, ధ్యానానుభవాలు మొదలవుతాయి

సహజమైన, స్వాభావికమైన ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసలను గమనిస్తూ వున్నప్పుడు శ్వాస క్రమక్రమంగా చిన్నదవుతూ
నాసికలోకి వచ్చేసి చివరికి " నాసికాగ్రం " లోకి చేరుకుంటుంది
ఆ పరిస్థితిలో " పనికిరాని ఆలోచనలు " ఇంక రమ్మన్నా రావు
" నాసికాగ్రం " అంటే " భ్రూ మధ్యం " అన్నమాట ..
అంతేకానీ, " ముక్కు కొన " కాదు

" ఆనాపానసతి .. శ్వాస మీద ధ్యాస "

" ఆనాపానసతి " అన్నది సుమారు 2500 సం|| క్రితం గౌతమబుద్ధుడు ఉపయోగించిన పాళీ భాష కు చెందిన పదం. పాలీ భాషలో..

' ఆన ' అంటే ' ఉచ్ఛ్వాస '
అపాన ' అంటే ' నిశ్వాస '
' సతి ' అంటే ' కూడుకుని వుండడం '

" ఆనాపానసతి " అంటే మన శ్వాసతో మనం కూడుకుని వుండడం "; దీనినే మనం " శ్వాస మీద ధ్యాస " అని చెప్పుకుంటున్నాం. " ఆనాపానసతి " అన్నది ప్రపంచానికి సకల ఋషులు, సకల యోగులు అందరూ కలిసికట్టుగా ఇచ్చిన అద్భుతమైన వరం !

ఈ ప్రపంచంలో ఉన్న ఒకే ఒక్క సరి అయిన ధ్యాన పద్ధతి ఆనాపానసతి! సత్యాన్ని కనుక్కోవాలి అని ఆరాటం చెందేవారు చివరిగా చేరే స్థితే ఆనాపానసతి .. అక్కడి నుంచే వారి అసలైన " ఆధ్యాత్మిక అనుభవైక ప్రయాణం " మొదలవుతుంది!

" కుంభకరహిత ప్రాణాయామం "

గౌతమబుద్ధుడు .. ఆనాపానసతేతర హఠయోగ ప్రాణాయామాదులు సంవత్సరాల తరబడి చేసి వాటన్నింటి యొక్క నిస్సారాన్నీ, నిష్ఫలతనూ స్వయంగా అనుభవించి వాటిని పూర్తిగా విసర్జించాడు.

" కఠోరమైన కుంభకాదులను అభ్యాసం చేసి వాటి నిష్ఫలతను అనుభవించాను ; మొత్తంమీద నా శ్వాసలోనే ఎక్కడో రహస్యం వుంది ; సహజమైన శ్వాస రీతి మర్మం వున్నట్లు ఉంది ; చిన్నప్పటి నుండి ఎలాగైతే సహజసిద్ధంగా శ్వాసను గమనిస్తున్నానో అదే సరియైనది" అని తర్కించుకుని హాయిగా దానినే గమనించడం మొదలుపెట్టాడు. అంతే! ఒక్కొక్కటిగా ఆయనకు సర్వం అవగతమైంది.

" సహజమైన శ్వాస "

సృష్టిలో ఒకానొక మూల సిద్ధాంతం " ప్రకృతి ఎప్పుడూ సహజంగా సులభరీతిలో వుంటుంది " అని చెప్తోంది. " ఏదైతే ప్రకృతిసహజంగా, సులభరీతిగా వుందో అదే సత్యమైంది " అని మనం స్పిరిచ్యువల్ సైన్స్‌లో తెలుసుకుంటాం. మరి అలాగే కఠినంగా, అసహజంగా వుండేదే అసత్యం.

" శ్వాసను కుంభించడం " అన్నది కఠోరమైంది కనుక " హఠయోగ ప్రాణాయామం " అన్నది అసహజమైంది ; అది సత్యానికి సదూరమైంది.

కుంభక రహిత కేవల పూరక రేచకాత్మకం అయిన "సుఖమయ ప్రాణాయామం" అన్నది సహజమైంది ; అది సత్యంతో కూడుకుని వుంది.

" ఉపాసన - విపస్సన "

" ఉపాసన " అంటే అది " నోట్లోంచి బహిర్గతమయ్యే మంత్రాలతో కూడిన ప్రక్రియ ". " విపస్సన " అంటే శ్వాస నుంచి మొదలై మూడవ కన్ను వరకు పోయే ప్రక్రియ ".

మంత్రోపాసకులు మంత్రోచ్చారణ ద్వారా అభ్యాసం చేస్తూ వుంటారు. ఆ మంత్రం చెప్పి చెప్పి చివరికి ఒకానొక నిశ్శబ్ద స్థితికి, మంత్ర-రహిత-స్థితికి చేరుకున్నప్పుడు కొన్ని దివ్యరూపాలు కనబడతాయి. అయితే, అదంతా అంతవరకే ఆగిపోతుంది. ఆ దివ్యదృష్టి యొక్క ప్రాథమికాలలో, ప్రాథమిక దశలలో సంచరించడమే ఉపాసకులు సాధించగలిగిన అంతకన్నా పైన వున్న .. " దివ్యదృష్టి" అన్నది .. " మంత్ర ఉచ్చారణ " లో " మంత్రోపాసన " లో ఎంత మాత్రం సాధ్యం కాదు !

మంత్రోపాసకులు కేవలం ఐదవ చక్రం వరకే చేరుకుంటారు. మహా అయితే " ఆజ్ఞాచక్రం " అంటే " సుదర్శన చక్రం " ఛాయలు మాత్రమే కనబడతాయి కానీ అందులో పరిపక్వత సాధించలేరు.

మంత్రజపం అన్నది అధోస్థానమైన నోట్లో వుంది ; ఆనాపానసతి అన్నది ఊర్ధ్వస్థానమైన నాసికలో వుంటుంది. " నోటితో చేసే క్రియ " ను .. వదిలి " శ్వాస ద్వారా చేపట్టే క్రియ " అనే "ఆనాపానసతి" ని మొదలుపెడితే .. దివ్యదృష్టి అనతికాలంలోనే సంప్రాప్తించి అద్భుతమైన దివ్యజ్ఞాన సంపన్నులమై మన జన్మలన్నీ చూసుకుంటాం ; అదే ఏడవదైన సహస్రారస్థితి.

" ఉపాసన " = " ' ఉప ' + ' ఆసన ' " = " ప్రక్కనున్న ఆసనం "

" మంత్రజపం " అన్నది చిన్న ఆసనం ; " విపస్సన " అన్నది ప్రధాన సింహాసనం ఆసనం .. అక్కడే మనిషి " రారాజు " అవుతాడు ' సింహం ' అవుతాడు.

" ఆనాపానసతి " అన్నది నేరుగా విశుద్ధ చక్రం నుంచి ప్రారంభమై ఆజ్ఞా చక్రం ద్వారా అందరినీ ఏడవ సహస్రార స్థితికి వెంటనే తీసుకుని వెళ్తుంది.

" మంత్రోపాసన " ద్వారా శిష్యుడుగా అవ్వొచ్చు కానీ .. గురువుగా మాత్రం కాలేము ! ముఖ్యశిష్యుడిగా వుంటాం కానీ జీవన్ముక్త గురువుగా కాలేము !

ఆరవదైన ఆజ్ఞా చక్రానికి చేరుకున్నవారు గురువులు : ఏడవ స్థితికి అంటే సహస్రారస్థితికి చేరుకున్నవారే జీవన్ముక్త స్థితిలో ఉన్న పరమ గురువులు !

" దివ్యదృష్టి "

ఈ విధంగా ఏకదీక్షతో ఆనాపానసతి అభ్యాసం చేయడం ద్వారా మన "నాడీమండలం" అంతా శుద్ధి అవుతుంది ; నాడీమండలం శుద్ధం అవుతూన్నప్పుడు ఆ స్థితులను గమనిస్తూ వుండడమే కాయానుపస్సన. "కాయానుపస్సన" అనే రెండవ దశను దాటి "విపస్సన" అనే మూడవ దశ అంటే "దివ్యదృష్టి" లోకి ప్రవేశిస్తాం.

" దివ్యదృష్టి "లో వచ్చే అనుభవాలన్నీ ఒకరితో ఒకరు పంచుకోవాలి, చెప్పుకోవాలి ; ఇదే " సజ్జనసాంగత్యం " .. ఇతర ధ్యానులతో సాంగత్యం.

" విపస్సన " ను ఇంగ్లీషులో " SEEING .. సీయింగ్" అన్నారు. అంటే " చూడడం " అన్నమాట. ఆనాపానసతి ద్వారా మనం " ఋషులం " అంటే " SEERS .. సీయర్స్ ", " ద్రష్టలం " అవుతాం.

" ధ్యానం .. సర్వ రోగనివారిణి "

ఆనాపానసతి అన్నది " పశువు "ను "పశుపతి" గా చేస్తుంది. అంటే తన జంతుత్వానికి తాను ఆధీనుడు కాకుండా తన జంతుతత్వానికి తాను " పతి " అంటే " యజమాని " కావడం.

ఒకానొక " పశువు " ను "పశుపతి"గా చేసే పాశుపతాస్త్రమే ఆనాపానసతి. పాశుపతాస్త్రంతో సాధించలేనిదంటూ ఏదీ లేదు .. అలాగే ఆనాపానసతితో సాధించలేనిదంటూ ఏదీ లేదు !

ఆనాపానసతి .. అన్నది సర్వరోగనివారిణి-సకలశక్తి ప్రదాయిని ! ఆనాపానసతి అన్నది సర్వభోగకారిణి - సకల సమస్యల పరిష్కారిణి ! ఆనాపానసతి అన్నది సత్య జ్ఞాన ప్రసాదిని - సకల సంశయాల హారిణి! పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ యొక్కమూల ఆధ్యాత్మిక సాధనా సిద్ధాంతం " ఆనాపానసతి ".

" నాసికాగ్రం .. భ్రూమధ్యం "

ఆనాపానసతి అభ్యాసం ఎలా చేయాలంటే .. హాయిగా కూర్చుని, కాళ్ళు రెండూ కట్టేసుకుని, చేతులు రెండూ కట్టేసుకుని, కళ్ళు రెండూ కట్టేసుకుని, మన మస్తిష్కాన్ని కట్టేసుకుని శ్వాస మీద ధ్యాస వుంచాలి.

నాసిక ఎక్కడ మొదలవుతుందో దాని పేరే " భ్రూమధ్యం " .. అదే " నాసికాగ్రం ".

" నాసికాగ్రం " అంటే " ముక్కుకొన " కాదు !

అలా చేసినప్పుడు .. శ్వాస తనంతట తాను చిన్నదిగా అయిపోతూ చివరికి 'నాసికాగ్రం' లో అంటే 'భ్రూమధ్యం' లో, అంటే ఆజ్ఞాచక్రస్థానం లో, అంటే సుదర్శనచక్రస్థానంలో తనంతట తాను సుఖంగా స్థితం అయిపోతుంది. అప్పుడు ఆ స్థితిలో మనం తదేకమై, తన్మయమై వుంటే .. "మూడవ కన్ను" యొక్క విస్ఫోటనం మొదలవుతుంది.

మూడవ కన్ను యొక్క విస్ఫోటనాన్ని గమనించడాన్నే "విపస్సన" అంటాం. "పశ్యతి" అంటే సంస్కృతంలో "చూడడం". "పస్సన" అంటే పాళీ భాషలో "చూడడం" .. "విపస్సన" అంటే విశేషంగా చూడడం ! 'వి' అంటే 'విశేషమైన' .. అదే మూడవ కంటిచూపు -ముక్కంటి చూపు .. థర్డ్ ఐ విజన్ !

ఆనాపానసతి - కాయానుపస్సన - విపస్సన ను మనం ప్రతిరోజు అభ్యాసం చేసి దానిద్వారా మెల్లిమెల్లిగా ఇతర లోకాలన్నీ తెలుసుకుని ఇతర లోకాలలో సంచరిస్తూ ఆత్మవిజ్ఞానాన్ని సంపాదించాలి ; పూర్ణమైన సవ్యఅవగాహన కలిగించుకోవాలి.

" ధ్యానం చేయడానికి ఎక్కడైనా కూర్చోవచ్చు "

ధ్యానం కోసం భూమి మీద చాప వేసుకుని కూర్చోవచ్చు, గోడకు ఆనుకుని కూర్చోవచ్చు, కుర్చీలో కూర్చోవచ్చు. అయితే పాదాలు రెండూ ఒకదానికి ఒకటి క్రాస్ చేసుకోవాలి, వ్రేళ్ళలో వ్రేళ్ళు పెట్టుకోవాలి ; పడుకుని మాత్రం ధ్యాన అభ్యాసం చేయకూడదు. ముసలివాళ్ళు, కూర్చోలేనివాళ్ళు అయితే మాత్రమే పడుకుని చేసుకోవచ్చు. కూర్చోగలిగినవాళ్ళు, ఆరోగ్యవంతులైన వాళ్ళు మాత్రం విధిగా కూర్చునే ధ్యానం చేసుకోవాలి. ప్రారంభంలో గదిని వీలైనంత చీకటి చేసుకోవాలి.

ఆనాపానసతి కి ఉపక్రమించే ముందు అర్ధగ్లాసు నీళ్ళు త్రాగి ఇంకొక అర్ధగ్లాసు నీళ్ళు ప్రక్కన పెట్టుకోవాలి. అభ్యాసం పుర్తి అయిన తర్వాత, మెల్లిగా కళ్ళు తెరిచి మిగిలిన అర్ధగ్లాసు నీళ్ళు త్రాగాలి. ఆనాపానసతి అభ్యాసం మనం చేస్తున్నప్పుడు గదిని వీలయినంత చీకటి మనం చేస్తున్నప్పుడు గదిని వీలయినంత చీకటి చేసుకోవాలి.

మనం ఎంతమందితో కలిసి ధ్యానం చేస్తే అంత బాగుంటుంది. సామూహిక ధ్యానం అన్నది మూడింతలు మరింత శక్తిదాయకం!

" ధ్యానం ఎంతసేపు చెయ్యాలి ? "

ప్రతిరోజూ విధిగా ఎవరి వయస్సు ఎంతో అన్ని నిమిషాలు కూర్చోవాలి. అంటే పది సంవత్సరాల వయస్సు వాళ్ళు పదినిమిషాలు, ఇరవై సంవత్సరాల వయస్సువాళ్ళు ఇరవైనిమిషాలు, ముప్పై సంవత్సరాల వయస్సువాళ్ళు ముప్పై నిమిషాలు .. ఈ విధంగా ప్రతి ఒక్కరూ ధ్యానంలో తప్పనిసరిగా కూర్చోవాలి.

ప్రతిరోజు ధ్యానాభ్యాసం అలవాటు చేసుకోవాలి. అన్నం ఉడకడానికి సమయం పడ్తుంది. ఊరికే 'అలా' పొయ్యి మీద బియ్యం పెట్టి 'ఇలా' తీసేస్తే అన్నం ఎంతమాత్రం వుడకదు గదా! అలాగే " ఆత్మ కూడా 'ఉడకాలి '" అంటే ఈ ఆనాపానసతి అనే పొయ్యిమీద కాస్సేపు వుండాలి! " ఎంతసేపు ఉడకబడాలి? " అంటే వయస్సు ఎక్కువ ఉన్నప్పుడు ఆనాపానసతి అనే పొయ్యి మీద ఎక్కువసేపు వుండాలి. తక్కువ వయస్సు వున్నప్పుడు తక్కువ సమయం సరిపోతుంది. సరియైన సమయం కేటాయించినప్పుడే, పూర్తిగా ఉడకుతాం ! అప్పుడే "విపస్సన" అనేది మనకు సంభవిస్తుంది.

ఈ ఆనాపానసతి అన్నది రోజుకు ఒక్కసారి అయినా నిశ్చలంగా కూర్చుని ఎవరి వయస్సు ఎంత వుందో అన్ని నిమిషాలు కూర్చోవాలి.

ఇంకా అదనంగా .. ఇతర సమయాల్లో ఓ అయిదు నిమిషాలు సమయం దొరకితే అయిదు నిమిషాలు .. పది నిమిషాలు దొరికితే పది నిమిషాలు .. ఎంత సమయం దొరికితే అంతగా అభ్యాసం చేయాలి. ఒక్క నిమిషం కూడా సమయం వృధా చేసుకోకుండా .. వేరే పని ఏమీ లేనప్పుడు .. చక్కగా కళ్ళు రెండూ మూసుకుని ఎక్కడంటే అక్కడ కూర్చుని శ్వాస మీద ధ్యాస పెట్టడం అలవాటు చేసుకోవాలి.

రాత్రిపూట పడుకునేటప్పుడు, ఆ పడుకునే ముందు శ్వాస మీద ధ్యాస పెట్టడం ద్వారా మనం నిద్రపోతే .. ఆ నిద్ర అంతా కూడా "యోగ నిద్ర" అయిపోతుంది కనుక రాత్రి పడుకునే ముందు ప్రతిఒక్కరూ తప్పనిసరిగా "శ్వాస మిద ధ్యాస" ద్వారా ఆనాపానసతి చేస్తూ నిద్రలోకి వెళ్ళాలి.

" నాడీమండలశుద్ధి "

ధ్యాన విజ్ఞానశాస్త్రంలో మూడు విషయాలు ఉన్నాయి ;

* ఆనాపానసతి
* కాయానుపస్సన
* విపస్సన

ఆనాపానసతి అభ్యాసంలో భౌతికాయం వుడుకుతుంది. అంటే నాడీమండలశుద్ధి జరుగుతుంది. అనేకానేక ప్రాణశక్తి సంచారాలు మన ప్రాణమయశరీరంలో జరగడం మనం గమనిస్తాం. ఎక్కెడెక్కడో నొప్పులు వస్తూంటాయి. ఎక్కడెక్కడో శక్తి ప్రవాహం అవుతున్నట్లు మనం గమనిస్తూ వుంటాం. దీనిని " కాయనుపస్సన " అని గౌతమబుద్ధుడు అన్నాడు. అంటే అంతర్‌శరీరంలో, నాడీమండలంలో జరిగే మార్పులను గమనిస్తూ వుండడం

" కాయానుపస్సన " లో విశేషంగా నాడీమండల శుద్ధి జరుగుతుంది. నాడీమండలకాయంలో సుమారు రెండు లక్షల 72 వేల నాడులు వున్నాయి. 'నాడీ' అంటే ఓ ఎనర్జీ ఛానెల్. నాడులన్నీ శుద్ధం కావడాన్నే .. ఆ విధంగా శుద్ధం అవుతున్నప్పుడు వచ్చే నొప్పులనూ, బాధలనూ, అనుభవాలనూ గమనించడాన్నే .. " కాయానుపస్సన " అంటాం.

" ప్రాణశక్తి ఆవాహనం "

ఆనాపానసతి అన్నదానిని చేస్తూంటే, చేస్తూంటే అపారమైన ప్రాణశక్తి మన లోపలికి ప్రవహించి, ఆ ప్రాణశక్తి అనేకానేక మలిన నాడులను ప్రక్షాళన గావిస్తూ వుంటే ఆ యొక్క కదిలికలనూ, ఆ యొక్క కడిగే రీతులనూ, కడగడం ద్వారా వచ్చే నొప్పులనూ గమనించడమే " కాయనుపస్సన ".

ఆనాపానసతి అభ్యాసంలో ప్రాథమికంగా ఎన్నో రోజులు రకరకాలైన శారీరక నొప్పులను అనుభవిస్తూ వుంటాం. ఈ శారీరక నొప్పులు, బాధలు అన్నవి .. కాయానుపస్సనలో వచ్చే తప్పనిసరి బాధలు .. ధ్యానాభ్యాసంలో మరింత లోతుకు వెళ్తేనే వాటిని మనం అధిగమించగలం. చాలామందికి ఇది తెలియక "ధ్యానంలో నొప్పులు వస్తున్నాయి" అని ధ్యానం మానేస్తూ వుంటారు ; ఇది చాలా తెలివితక్కువ పని !

" తితీక్ష .. పీడను భరించే శక్తి "

ఇలా ఆనాపానసతి మొదలుపెట్టిన తర్వాత వచ్చే నొప్పులను సంతోషంగా సహనంగా, ఓపిగ్గా భరించాలి ! ఈ " భరించే శక్తి " నే శంకరాచార్యులవారు " తితీక్ష " అన్నారు.
" సమం " - " దమం " - " తితీక్ష " - " ఉపరతి " - " శ్రద్ధ " - " సమాధానం " .. వీటినే ఆయన "షట్‌సంపత్తి" అన్నారు.

షట్‌సంపత్తులలో మూడవదే "తితీక్ష" అంటే నాడీ మండలశుద్ధి జరిగేటప్పుడు మనం పడే బాధలను సహనంతో భరించటం! మరి ధ్యానంలో కూర్చున్నప్పుడు రకరకాల బాధలు వచ్చి తీరుతాయి.

ఎందుకంటే, మనం మన గతజన్మలలో .. ప్రాథమిక అహంకారపూరిత జన్మల్లో.. అనేకానేక హింసాత్మక కర్మల ద్వారా మన నాడీమండలాన్ని ఎంతగా అశుద్ధం చేసుకున్నామో ! అంతటి అశుద్ధాన్ని మన ఆఖరి జన్మల్లో, తప్పనిసరిగా శుద్ధం చేసుకోవలసిందే ! నాడీమండలం ఎంత అశుద్ధంగా వుంటే అది "శుద్ధం" అయ్యేటప్పుడు అంత ఎక్కువగా నొప్పులు వస్తూ వుంటాయి. గతజన్మల్లో మ్నం ధ్యానయోగ అభ్యాసం చేయకపోతే .. గతజన్మల్లో ఎక్కువగా మరి పాపచరితులం అయితే .. ఈ జన్మలో మనం ఆనాపానసతి అభ్యాసం మొదలుపెట్టినప్పుడు ఎన్నో రోజులు ఆ నాడీమండలశుద్ధి లోనే యోగ సమయాన్ని గడపాల్సి వస్తుంది. ఎన్నో గంటలు ఆ కాయానుపస్సనలోనే .. ఆ రెండో దశలోనే వుంటూ ఎన్నో బాధలను తప్పనిసరిగా అనుభవించాలి.

ఈ కాయానుపస్సన, రెండవ దశ, అంటే నాడీమండలశుద్ధి అన్నది "ఎన్ని రోజుల్లో, ఎన్ని వారాల్లో, ఎన్ని నెలల్లో, ఎన్ని సంవత్సరాల్లో పూర్తి అవుతుంది?" అన్నది ఆయా సాధకుల గతజన్మల చరిత్రను బట్టి వుంటుంది.
కనుక, "గతజన్మల్లో ఏం చేశాం? ఏం చెయ్యలేదు?" అన్న దానిని బట్టి ఈ జన్మలో ఈ యొక్క కాయానుపస్సన దశ "ఎంత వరకు వుంటుంది? ఎంత వరకు వుండదు" అని మనకు తెలుస్తుంది.

అయితే, గతజన్మల్లోనే గొప్ప యోగాభ్యాసి అయితే కాయానుపస్సన అన్న రెండవదశ అసలే వుండకపోవచ్చు ! లేదా బహుకొద్దిగా వుండవచ్చు ! ఆనాపానసతి మొదలుపెడ్తూనే మూడోకన్ను తెరుచుకోవచ్చు ..

" మండల ధ్యాన దీక్ష "

అయితే, గతజన్మల్లో ఏది ఎలా వున్నా, ఈ వర్తమాన జన్మలో ఎంత దీక్షాయుతంగా ఈ ధ్యాన అభ్యాసం చేస్తామో దాని మీదే ఫలితాలు అధికంగా ఆధారపడి వుంటాయి. ధ్యానాభ్యాసం అకుంఠిత దీక్షగా చేస్తే నలభై రోజుల్లో ఎవరికైనా సరే ఈ కాయానుపస్సన, నాడీమండలశుద్ధి అన్న దశ పూర్తిగా అయిపోయి విపస్సన దశలోకి సత్వరంగా, ఖచ్చితంగా వచ్చేస్తారు. నలభై రోజుల దీక్షనే "మండల దీక్ష" అన్నాం.
ఏసుక్రీస్తు .. "ఐ ఫాస్టెడ్ ఫర్ ఫార్టీ డేస్" అన్నారు. అంటే, జీసస్ నలభై రోజులు ఏకధాటిగా ధ్యానం చేసారన్నమాట! నలభై రోజుల మండల దీక్షలో ఆనాపానసతి అభ్యాసం చేస్తే ప్రతి మనిషి కూడా తప్పకుండా ఓ మాస్టర్ అవుతాడు.

" జీవుడే దేవుడు "

దేహమే దేవాలయం ; జీవుడే దేవుడు ; అయితే ఇదంతా మనకు " అనుభవం " లోకి రావాలి. పుస్తక పరంగా, గురువు యొక్క వాణి పరంగా, మరి పండితుల ప్రవచనాల ప్రకారంగా మనం ఆధ్యాత్మిక సత్యాలను తెలుసుకుని ఉండవచ్చు. కానీ స్వానుభవం లేకపోతే అది "జ్ఞానం" కాజాలదు.

" ఆత్మే పరబ్రహ్మం " - ప్రథమ సత్యం
" జీవుడే దేవుడు " - ద్వితీయ సత్యం
" దేహమే దేవాలయం " - తృతీయ సత్యం

ఈ మూడు ఆధ్యాత్మిక సత్యాలు .. ఈ మూడు సూత్రాలే జ్ఞానం. " నేనే అంతా " అన్నది మొట్టమొదటి సత్యం. " ఇక్కడున్నవాడే ఆ యొక్క దివ్యమైనవాడు " అన్నది రెండవ సత్యం. "ఈ దేహమే దేవాలయం ; ఈ కణ విభాగమే దేవాలయం ; అందులో విరాజిల్లుతున్నవాడే దేవుడు " అన్నదే మూడవ సత్యం.

" సాధన "

ఈ జ్ఞానం రావాలంటే ఏం చేయాలి ? " సాధనా ప్రకరణం " లో ప్రవేశించాలి ; ఈ సాధనా ప్రకరణంలో ఉన్న నాలుగు సత్యాలు ఏమిటంటే ..

ప్రప్రథమంగా - " శ్వాసే గురువు "
రెండవది - " సమయమే సాధన "
మూడవది - " సహనమే ప్రగతి "
నాల్గవది - " అనుభవమే జ్ఞానం "

‘ సాధన ’ అన్నది గురువు దగ్గరి నుంచే మొదలువుతుంది; ఎక్కడ సద్గురువు లేడో .. ఎక్కడ సత్యాన్ని చెప్పేవాడు లేడో .. ఏం చేయాలో, ఎలా చేయాలో, ఎప్పుడు చేయాలో ఎక్కడ చేయాలో .. ఏది ఎలా చేయకూడదో, ఏది ఎప్పుడు చేయకూడదో, ఏది ఎక్కడ చేయకూడదో .. మరి ఇవన్నీచెప్పేవాడే గురువు.

" శ్వాసే గురువు "

సంగీతం నేర్చుకోవాలంటే గురువు ఉండాలి .. సంస్కృతం నేర్చుకోవాలంటే సంస్కృతం గురువు కావాలి. అలాగే ఆధ్యాత్మికంలో కూడా "నేనే అంతా".. "ఈ దేహమే దేవాలయం" అన్నవి స్వంతానికీ, అనుభవానికీ రావాలంటే గురువు దగ్గరకు చేరాలి. గురువుకి సాష్టాంగ నమస్కారం చేయాలి. గురువుకు సేవ చేయాలి. అపుడు ఆ గురువు .. జ్ఞానాన్ని బోధిస్తాడు .. సర్వమూ బోధిస్తాడు !

అయితే ఈ ఆధ్యాత్మిక సాధన ప్రకరణంలో మాత్రం " ఎవరు గురువు? ", " ఏమిటి గురువు? " అంటే " శ్వాసయే గురువు. " అసలు ఒక ముముక్షువు ఇంకొక " వ్యక్తి - గురువు " దగ్గరకు వెళ్ళనే అక్కర్లేదు .. ఆధ్యాత్మిక సాధన అన్నది మనలోకి మనం చేసే ప్రయాణమే !

" ధ్యానం .. ఆత్మప్రయాణం "

రెండు రకాల ప్రయాణాలు ఉన్నాయి. మొదటి ప్రాపంచిక ప్రయాణంలో బయటివాళ్ళను వివరాలు అడగాలి. రెండవ ఆధ్యాత్మిక ప్రయాణంలో లోపలున్న వాళ్ళను అడగాలి.

ఒకవేళ బయట చేసే ప్రయాణం అయితే మరి బయటివాళ్ళని అడిగి మార్గం తెలుసుకోవాలి. లోపల చేసే ప్రయాణం కనుక లోపలున్న వాడినే అడగాలి! కానీ లోపల చేసే ప్రయాణం గురించి బయటివాళ్ళను ఎలా అడుగుతాం?? బయట చేసే ప్రయాణాలకు లోపల ఎక్కడ అడుగుతాం??

అయితే లోపల మన శ్వాస ఉందని మనకు తెలుసు! మనకు ఖచ్చితంగా శ్వాస అన్నది బయటి నుంచి లోపలికి పోతోందనీ, లోపల నుంచి బయటకు వస్తోందనీ తెలుసు !

కనుక ఈ ఆధ్యాత్మిక ప్రయాణంలో శ్వాసే గురువు" అని ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రం ప్రభోధిస్తోంది !

" గౌతమబుద్ధుడు "

గౌతమబుద్ధుడు ఎంతోమంది గురువుల దగ్గరకు వెళ్ళాడు. అలారకలముడు, ఉద్ధకరామభద్రుడు, ఇంకా ఎంతోమంది! " మంత్రమే గురువు " అనీ, మరొకరు " ఆహారం లేకుండా ఉండు .. అదే నీ గురువు అవుతుంది " అనీ, " ఉపనిషతులు చెప్పిందే మననం చేస్తూండు " అనీ, " ముక్కు బిగపట్టుకుని ఉండు .. చక్రాల మీద మనస్సును ఏకాగ్రం చెయ్యి .. భృకుటి మధ్యలో మనస్సును లగ్నం చెయ్యి" అనీ రకరకాల గురువులు రకరకాలుగా బుద్ధుడికి బోధించారు.

ఆయన అన్నింటినీ త్రికరణశుద్ధిగా అభ్యసించి తాను నేర్చుకున్నవన్నీ ఒక్కొక్కటిగా .. " అది తప్పు ", " ఇది తప్పు " అని తేల్చుకోవడానికి ఐదున్నర సంవత్సరాలు పట్టింది!

చివరికి సహజంగా, సరళంగా, సున్నితంగా ఉన్న తన శ్వాస మీదే .. ఏ కుంభకమూ లేని .. కేవల సహజ పూరక రేచకాత్మకమైన .. తన యొక్క శ్వాస ధార మీదే తన ధ్యాస ధారను లగ్నం చేసి " ఆనాపానసతి " చేశాడు.

ఒకటవ జాములో " మూడోకన్ను " తెరుచుకుంది. అదే జాములో .. " జన్మపరంపర " ను తెలుసుకున్నాడు. రెండవ జాములో ఆ మూడోకన్ను ద్వారా " కర్మపరంపర " సత్యాలను తెలుసుకున్నాడు ; మూడో జాములో " ఈ ప్రపంచంలోని దుఃఖం, తృష్ణ వలన" అనీ, "తృష్ణ, అవిద్య వలన ఏర్పడుతోంది" అనీ .. " అవిద్య, చిత్తవృత్తినిరోధంతో అంతమవుతుంది " అనీ .. తెలుసుకున్నాడు. వెరసి ధ్యాన జ్ఞాన సాధన కోసం అష్టాంగ మార్గాన్ని కనుక్కున్నాడు ; దుఃఖ నివారణకు ఉపాయం తెలుసుకున్నాడు.

ఇక ఆ తరువాత .. తన జీవితాంతం .. అందరికీ " ఆనాపానసతి ధ్యానం " బోధించాడు ; " నేను ఈ విధంగా సరళమైన, సున్నితమైన, స్వాభావికమైన ‘ శ్వాస మీద ధ్యాస ’ ఉంచాను ; ఇంకేది చెయ్యకూడదు ; మంత్రం చెప్పుకోకూడదు .. ఫలానా గురువు ముఖారవిందం మీద ధ్యాస వద్దు .. కళ్ళు చిట్లించి, ఊపిరి బిగపట్టి కుంభకం లాంటివి చెయ్యకూడదు .." అంటూ అన్నీ క్షుణ్ణంగా విశదీకరించి, విపులీకరించి చెప్పాడు !

" నేను ఎవ్వరికీ గురువును కాజాలను కనుక ‘ అప్పో దీపో భవ ’ అంటే ఎవరి దీపం వారే వెలిగించుకోవాలి " అన్నారు. " నేను నీ దీపం ఎన్నటికీ కాజాలను " అని తన ప్రియశిష్యుడు ఆనందుడికి సందేశం ఇచ్చిన గౌతమబుద్ధుడు .. " నీ శ్వాసే నీ దీపం .. నీ శ్వాసే నీ గురువు " అంటూ తమ చివరి శ్వాసను వదిలారు! గౌతమబుద్ధుడు చూపిన ముక్తి మర్గాన్నే మనం అందరం అనుసరిద్దాం!!

"ఆనంద శాస్త్రం"

"అద్భుతమైన ఆనంద సూత్రం"

మనిషి ఎప్పుడూ ఆనందంగా జీవించాలి. అతడు ఓ ఆనందవాహిని కావాలి. అలెగ్జాండర్ ప్రపంచాన్నంతా ధ్వంసం చేసి, "నేను గొప్ప విజయాన్ని సాధించాను" అనుకుని తన తిరుగు ప్రయాణంలో తన స్వంత దేశానికి చేరువవుతున్న సమయంలో ఒకచోట విశ్రాంతి తీసుకుంటూ ఉంటాడు. తీసుకుంటూ "ఈ చుట్టుప్రక్కల చూడడానికి వింతలు విశేషాలు ఏమున్నాయి?" అని అడిగినప్పుడు "ఏమి లేవు స్వామి. అయితే ఒక ముసలి వాడున్నాడు. 'డయోజనీస్' అని; చాలా గొప్ప యోగి అట. అతను గొప్ప ఖ్యాతి ఉన్నవాడు" అన్నారు. "అయితే అతన్ని నా దగ్గరికి తీసుకురండి చూస్తాను, మాట్లాడతాను" అన్నాడు అలెగ్జాండర్. "అతను మీ దగ్గరికి రాడండి; మీరే అతని దగ్గరకు వెళ్ళాలి" అని భటులు వెళ్ళారు గానీ, అతన్ని తీసుకు రాలేకపోతారు. అప్పుడు అలెగ్జాండరే ఆ డయోజనీస్ దగ్గరకే, ఆ వృద్ధుడి దగ్గరకే వెళ్ళి "డయోజనీస్, ఏమిటి నీ ప్రత్యేకత?" అని అడిగితే నేను నీకు సమాధానం చెప్పే ముందు నేను నిన్ను ఓ ప్రశ్న అడుగుతాను - "నువ్వు ఈ రాజ్యాలన్నీ ఎందుకు కొల్లగొట్టావు?"

"నేను ఇంటికి వెళ్ళి ఆ తర్వాత చక్కగా, హాయిగా జీవిస్తాను ఈ సిరి సంపదలతో, ఈ పేరు ప్రతిష్ఠలతో" అని అంటాడు.

"అలెగ్జాండర్, అవన్నీ ఏమీ లేకుండానే నేను చిన్నప్పటి నుంచే ఆనందంగా వున్నాను" అని డయోజనీస్ అంటాడు "ఆనందంగా జీవించడం కోసమే నువ్వు ఇవన్నీ సంపాదించావు. ఇంత కష్టపడ్డావు. అయితే నేను చిన్నప్పటి నుంచే ఆనందంగా జీవిస్తున్నాను. అదే నా ప్రత్యేకత" అంటాడు డయోజనీస్.

అలాగే చాలామంది చుట్టుప్రక్కల వాళ్ళు డయోజనీస్ దగ్గరికి వెళ్ళి "మీరు ఎప్పుడూ ఆనందంగా ఎలా ఉండగలుగుతున్నారు?" అని ప్రశ్న వేసారు. అప్పుడు డయోజనీస్ ఇలా చెప్పాడు - "ప్రొద్దున లేవగానే నేనొక నిర్ణయం తీసుకుంటాను - 'ఇవాళ నేను ఆనందంగా వుంటాను, ఏది ఏమైనా సరే' అని దృఢంగా నిశ్చయించుకుంటాను. కనుక ఆ రోజంతా ఆనందంగా ఉండగలుగుతున్నాను - ఎండైన, వానైనా, కలిమిలేములైనా, భోజనం దొరికినా దొరక్కపోయినా - ఆనందంగానే వుంటాను ఎందుకంటే నిర్ణయం తీసుకున్నాను గనుక. అదే విధంగా ప్రతిరోజూ ప్రొద్దున్నే నిర్ణయం తీసుకుంటాను. కనుకనే సదా ఆనందంగా ఉండగలుగుతున్నాను" అని జవాబు చెప్పాడు.... ఇది అద్భుతమైన ఆనంద సూత్ర్రం. కనుక ఒకదాన్ని నిర్ణయించుకుంటే, అంటే "నేను సంగీతం నేర్చుకోవాలి" అని నిర్ణయం తీసుకున్నప్పుడు సంగీతం నేర్చుకుంటావు. ఆ నిర్ణయం లేనప్పుడు "వస్తుందో రాదో? చేస్తామో? చేయ్యలేమో?" అని అనుకుంటే సంగీతం కానీ, ఇంకొకటి కానీ ఏదీ ఎప్పటికీ రాదు గాక రాదు. రానే రాదు.

"నేను ఎలాంటి పరిస్థితుల్లోనైనా ఆనందంగా జీవించాలి" అని కృతనిశ్చయుడవైతే ఎప్పుడూ ఆనందంగా వుంటావు. మనం 'నిర్ణయం తీసుకున్నాం' కనుక ఆనందంగా వుంటాం. అదీ సూత్రం. నిర్ణయం తీసుకోవాలి - "నేను ఇవాళ ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనైనా ఆనందంగా వుంటాను" అనుకోవాలి.

"ఆనంద శాస్త్రం"

ఏది చేస్తే మనం ఎప్పుడూ ఆనందంగా వుంటామో, అదే చెయ్యాలి. ఆనంద శాస్త్రం గురించి ప్రక్కవాడి నుంచి అడిగి తెలుసుకోవాలి. ఏది చేస్తే ఆనందంగా వుంటుందో చెప్పే శాస్త్రాన్నే చదవాలి. గ్రంథాలను చదవాలి. చక్కటి సజ్జన సాంగత్యం చెయ్యాలి. అందరి దగ్గరి నుంచి అన్నీ తెలుసుకుంటూ వుండాలి.

ఏది చేస్తే 'ఎప్పుడూ' ఆనందంగా వుంటామో తెలుసుకోవాలి. కొంతమంది చిన్న చిన్న లాభాల కోసం అబద్ధాలు ఆడుతూ వుంటారు. కానీ "Honesty is the Best Policy" అనేదే తెలియదు. ఎప్పుడూ కూడా త్రికరణశుద్ధిగా వుండడమే సరియైన 'ఆనంద సూత్రం' .... చెప్పిందే చెయ్యాలి. చేసిందే చెప్పాలి. ఆలోచించిందే చప్పాలి. 'మనసా, వాచా, కర్మణా' ఏకంగా వుండడమే త్రికరణశుద్ధి కలిగి వుండడం అంటే. త్రికరణశుద్ధి లేనివాడికి ఆనందం ఆమడదూరం. త్రికరణశుద్ధి ఉన్నవాళ్ళకే ఆనందం లభ్యం. కనుక, నువ్వు ఆనందంగా ఉండాలంటే త్రికరణశుద్ధి కలిగి వుండు. నీకు తెలియనిది మాట్లాడకు, తెలిసిందే మాట్లాడు. మాట్లాడిందే ఆచరించు. ఆచరించిందే మాట్లాడు. మనస్సులో ఒకటి పెట్టుకుని, నోటితో ఇంకొకటి మాట్లాడకు. ఇవన్నీ ఆనంద సూత్రాలు.

ఎవరైతే నిజాయితీగా వుంటారో, త్రికరణశుద్ధి కలిగి వుంటారో వారే నిత్యం ఆనందమయులుగా వుంటారు. ఇదే ఆనంద సూత్రం, కనుక ఇదే పిల్లలకు చెప్పాలి. ఇదే పెద్దలకూ చెప్పాలి. ఇదే బంధువులకీ చెప్పాలి. ఇదే శత్రువులకూ చెప్పాలి.

ప్రతి విద్యనూ అందరికీ నేర్పిస్తూ వుండాలి. అందరికీ నేర్పించడంలోవుండే ఆనందం అంతా ఇంతా కాదు. నేను ఎంతోమందికి ధ్యానం నేర్పించాను. ధ్యానం నేర్పించడంలో వుండే ఆనందం ఎంతో అది నాకే తెలుసు. ధ్యాన విద్యను నేర్పించని వాళ్ళకు ఆ ఆనందం తెలియదు. అందరూ ధ్యానంలో గంటలు గంటలు కూర్చుని, మళ్ళీ నా దగ్గరకు వస్తూ, "నాకు ఫలానా అనుభవం వచ్చింది"; "నాకు తలనొప్పి పోయింది"; "నాకు కృష్ణుడు కనిపించాడు"; "నేను గత జన్మలు చూసుకున్నాను" అని చెబుతూంటే ఎంత ఆనందమో... ధ్యానం ద్వారా వచ్చే ఆనందం కన్నా, ధ్యానం చేయిస్తే వచ్చే ఆనందం వెయ్యిరెట్లు గొప్పది.

"ఆనంద శాస్త్రం.... సూత్రాలు"

పిరమిడ్ ధ్యానం
బ్రాహ్మణ భోజనం
కర్తవ్య దీక్ష
ఎంజాయ్‌మెంట్ సైన్స్

" పిరమిడ్ ధ్యానం "

మనశ్శాంతి లేనిదే ఆత్మకు ఆనందం లేదు. మనశ్శాంతి లేనివాడికి ఆనందం ఎక్కడిది ? ఎంతటి ధనవంతులైనా, ఎంతటి శ్రీ మంతులైనా డబ్బు అన్నది ఆత్మకు ఆవగింజంతైనా శాంతిని ఇవ్వజాలదు. "అర్థమనర్థం" అన్నారు కదా శంకరాచార్యులు. "సూది బెజ్జంలోంచి ఓ ఒంటె అయినా దూరవచ్చునేమో కానీ ఓ ధనవంతుడు మాత్రం దేవుని రాజ్యంలో ... అంటే 'శాంతి రాజ్యం' లో ... అంటే 'ఆనంద రాజ్యం' లో ప్రవేశింపజాలడు" అని ఏసు ప్రభువు చెప్పే వున్నాడు కదా.

కనుక ధనవంతుడికి ఆనందం కాదు . . . ధ్యానవంతుడికే ఆనందం.

కనుక ఆనంద శాస్త్రం ... ఎంజాయ్‌మెంట్ సైన్స్ ... లో ప్రధాన భాగం ధ్యానం. మరి ధ్యానం అంటే పిరమిడ్ ధ్యానమే 'ధ్యానం' కదా.

ఇకపోతే రెండవది...

" బ్రాహ్మణ భోజనం "

"బ్రహ్మ జానాతి ఇతి బ్రాహ్మణః"
"బ్రహ్మజ్ఞానం వున్నవాడే బ్రాహ్మణుడు"

పుట్టుకతో అందరూ శూద్రులే. బ్రహ్మజ్ఞానం వున్నవాడే బ్రాహ్మణుడు. శరీరం నేను అనుకునేవాళ్ళే ఆ బ్రాహ్మణులు ... బ్రాహ్మణేతరులు ... శూద్రులు.

"ఓ బ్రాహ్మణుడు ..." రకరకాల ఆత్మస్థితులతో అన్నిటికన్నా ఉన్నతస్థితిలో ఉన్నవాడే ఓ బ్రాహ్మణుడు ... " an Enlightened Master " అన్నమాట.

ఇకపోతే "భోజనం" ...
'భోజనం' అంటే 'ఆహారం'. ఆహారం అన్నది దేహానికి వేరే ... మరి దేహికి వేరే. దేహానికి పదార్థం ఆహారం ... మరి దేహికి ... ఆత్మకు ... జ్ఞానం ... నవరసాలు ... ఆహారం అవుతాయి.
ఉదాహరణకు మనం తినే భుజించే ఆహారంలోని 'పదార్థం' దేహానికి ఆహారం కాగా అందులోని 'రుచి' మాత్రం ఆత్మకు పుష్టినిస్తుంది.

ఎప్పుడూ సువాసనలను ఘ్రాణిస్తూ వుండాలి. ఇంటినిండా అగరుబత్తీలు వుంచాలి. వంటికి అత్తర్లు పూసుకోవాలి. ఎప్పుడూ చక్కటి సంగీతాలు వింటూ వుండాలి. చక్కటి సంభాషణలు వింటూ వుండాలి. ఆత్మపరమైన విషయాలనే వినాలి. ఒకరినొకరు సుసంపన్నం చేసుకునే మాటలనే వినాలి. Five Star ఆహారాన్నే స్వీకరించాలి. భోజనం శుచిగా, రుచిగా చేసుకోవాలి. ఇదంతా బ్రాహ్మణ భోజనం అన్నమాట.

మనం మన జ్ఞానేంద్రియాలతో ఆత్మవత్ భోజనాన్ని స్వీకరిస్తూ వుంటాం. ఈ ఆత్మవత్ భోజనంలో శ్రద్ధను చూపిస్తే ... మన ఆనందం మరింత అభివృద్ధి అవుతుంది.

ఓ శూద్రుడిగా జ్ఞానేంద్రియాలను ఉపయోగించుకోకుండా ఓ బ్రాహ్మణుడిలా ఉపయోగించుకోవాలి అన్నమాట. జీవుడు కర్మేంద్రియాలతో తన శరీర వ్యవహారాలను నడుపుతుంటాడు. కానీ తన జ్ఞానేంద్రియాలతో - కళ్ళు, ముక్కు, నాలుక, చెవులు. చర్మం - ఆత్మ వ్యవహారాలను నడుపుకుంటూ వుంటాడు.

కళ్ళు - కళ్ళుతో మంచి దృశ్యాలను ఎలాంటివి అంటే సూర్యోదయం సూర్యాస్తమయం, మనోహరమైన ప్రకృతి దృశ్యాలు చూస్తాడు.
ముక్కు - మంచి మంచి సువాసనలను ఆఘ్రాణిస్తాడు.
నాలుక - రుచికరమైన శాకాహారాన్ని తింటాడు. అంటే, నిష్ఠతో చేసిన సుబ్రాహ్మణ సాత్విక వంటలు అన్నమాట. రుచికరమైన ఫలాలు అన్నమాట.
చెవులు - చెవుల ద్వారా మంచి సంగీతాన్ని వింటాడే తప్ప చెత్త సంగీతాన్ని వినడు. ఎలాగంటే బిస్మిల్లాఖాన్ షహనాయి లేదా M.S.సుబ్బలక్ష్మి సంగీతం లాంటివి.

అన్నిరకాల కర్మేంద్రియాల ద్వారానూ, జ్ఞానేంద్రియాలతోనూ గ్రహించే భోజనాన్ని బ్రాహ్మణ్ భోజనం అని వివరంగా చెప్పారు.

ఇకపోతే కర్తవ్య దీక్ష ...

" కర్తవ్య దీక్ష "

కర్తవ్యం అంటే చెయ్యవలసిన కార్యం ... చేపట్టవలసిన ధర్మం ...
ధర్మం అన్నది అత్యంత డైరక్ట్‌గా ఆనందానికి కారణభూతమవుతుంది. "ధర్మో రక్షతి రక్షితః" అధర్మం అంటే చెయ్యకూడనిది ... అధర్ముడు అంటే చెయ్యకూడనివి చేసేవాడు.
చేయవలసినవాటిని చేస్తే ... ఆనందం.
చేయకూడనివి చేస్తే ... దుఃఖం
కర్తవ్య నిష్ఠుడు అయితే ... ఆనందం.
కర్తవ్యాలను విస్మరిస్తే ... దుఃఖం.
కర్తవ్యాలు రెండు రకాలు ...
కుటుంబపరమైన
సమాజపరమైన
కర్తవ్యాన్ని విస్మరించేవాళ్ళు 'గిల్టీ' గా ఫీలవుతుంటారు. ఎప్పటి కర్తవ్యాలను అప్పుడు పాటించేవాళ్ళకు 'గిల్టీ కాన్షియస్‌నెస్' వుండదు. వాళ్ళు ఎప్పటికప్పుడు 'హాయి' గా వుంటారు.
కనుక ఆనందశాస్త్రంలో మూడవ ప్రధాన భాగమే కర్తవ్య దీక్ష.

జీవితం ఒక అద్భుత అవకాశం

ప్రతి ఒక్కరికీ వారి వారి జీవితం ఒక అద్భుత అవకాశం! ప్రతిరోజూ మంచిపనులు చేయడం ఒక అవకాశం .. ప్రతి వ్యక్తికీ ధ్యానం చెప్పడం ఒక అవకాశం! ఒకవేళ ఆ వ్యక్తికి ధ్యానం తెలుసు .. మరి మనకంటే ఎక్కువ జ్ఞానం కూడా వుందనుకుందాం .. అప్పుడు ఆ వ్యక్తి దగ్గర నుంచి జ్ఞానం తెలుసుకోవడం మనకు ఒక మంచి అవకాశం. ఇలా ఏ మనిషి నుంచి అయినా ఏదో ఒక అవకాశం మనకు వస్తుంది! అది నేర్పించే అవకాశమైనా కావచ్చు .. లేదా నేర్చుకునే అవకాశమైనా కావచ్చు.

మీరందరూ నా దగ్గర నేర్చుకునే అవకాశం కోసం వచ్చారు మరి నేను మీకు నేర్పించే అవకాశం కోసం వచ్చాను. మీ అందరికీ ధ్యానం నేర్పించే అవకాశం వలన నాకు ' పుణ్యం ' వస్తుంది .. మరి నేర్చుకునే అవకాశం వలన మన ' జ్ఞానం ' రెట్టింపు అవుతుంది. మన దగ్గర ఉన్నది ఇతరులతో మనం పంచుకుంటే .. అది " పుణ్యం "! మన దగ్గర లేనిది మనం సముపార్జించుకుంటే .. అది " జ్ఞానం "! ఇలా ఎవరి అవకాశాన్ని వారు ఉపయోగించుకోవాలి."

సాధారణంగా .. మన కంటికి కనిపించే ఇతర వ్యక్తులు మనకన్నా తక్కువగానైనా వుంటారు, లేదా మనకన్నా ఎక్కువగానైనా వుంటారు. మనకన్నా తక్కువగా వుంటే ఆ వ్యక్తికి మనం "ధ్యాన భిక్ష" పెట్టాలి. మనకంటే ఎక్కువగా వున్న వ్యక్తి నుంచి మనం " జ్ఞాన భిక్ష " తీసుకోవాలి. ఇలా జీవితమంతా కూడా పుణ్యం సంపాదించడానికీ, జ్ఞానం పొందడానికీ ఉన్న గొప్ప అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకుంటూ .. పుణ్యాన్ని సంపాదించుకుంటూ మరెంతో జ్ఞానాన్ని పొందేవారే .. " పిరమిడ్ మాస్టర్స్ "!

మనం ఇతరుల నుంచి జ్ఞానాన్ని నిర్భయంగా నేర్చుకోవాలి .. మరి అలాగే మనం ఇతరులకు ధ్యానం నేర్పించేటప్పుడు ఎంతో వినయంతో నేర్పించాలి. మనం ఇరవై సంవత్సరాలు ధ్యానం చేసివుంటే, మన ప్రక్కవాడు రెండు వందల సంవత్సరాలు ధ్యానం చేసినవాడు అయివుండచ్చు. అందుకే మనం ఇతరులకు ధ్యానం నేర్పించేటప్పుడు " వినయం " గా నేర్పించాలి .. మరి ఇతరుల నుంచి జ్ఞానం నేర్చుకునేటప్పుడు " వినయం " గా నేర్చుకోవాలి!

" మనం నేర్చుకున్నది కొంత .. నేర్చుకోవలసింది కొండంత " అన్న పరమసత్యాన్ని ప్రతిక్షణం ఎరుకలో ఉంచుకోవాలి!
ఒకసారి బుద్ధుడు దగ్గరికి ఒక శిష్యుడు వెళ్ళి " స్వామీ మీరు అన్నీ చెప్పేసారు ఇంకా .. ఇక చెప్పడానికి ఏమీలేదు కదా? " అని కొనియాడాడు.

అప్పుడు బుద్ధుడు " ఆ చెట్టు నుంచి కొన్ని ఆకులు తీసుకురా! " అన్నాడు.
ఆ శిష్యుడు కొన్ని ఆకులు తీసుకుని వచ్చాక .. " నీకు నేను చెప్పింది ఈ ఆకులంతే .. చెప్పాల్సింది ఇంకా ఆ చెట్టంత వుంది. అలాగే నాకు తెలిసింది కూడా ఇంతే .. మరి నాకు తెలియాల్సింది ఇంకా ఆ చెట్టంత వుంది! " అని చెప్పాడు.

ఇలాంటి మాటలనే " బుద్ధుత్వపు మాటలు " అంటారు. పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ కూడా బుద్ధుళ్ళే! వారి నుంచి సదా బుద్ధత్వపు మాటలే వస్తాయి!

అంశాత్మ - పూర్ణాత్మ "

మనం " అంశ " ఆత్మలం
మనం అంతా " ఋషిపుత్రులం "
మనం అంతా " క్రింద " వున్న ఆత్మలం

" సత్యలోకాలలో " అంటే " మహాకారణలోకాలలో " వున్న
" ఒకానొక ' పూర్ణాత్మ ' యొక్క ఒకానొక అంశ " మనం అన్నమాట
" అంశాత్మ " .. " పూర్ణాత్మ "

ఎప్పుడైతే మనం పూర్తిగా ఆత్మ పరిణితి చెందుతామో,
అప్పుడు మనం కూడా ఆ మహాకారణలోకాలను చేరుతాం
అప్పుడు మనం కూడా మనలో నుంచి నూతన అంశాత్మలను సృష్టి చేస్తాం
అంటే, మనమూ " పూర్ణాత్మ " స్థితి చేరుతామన్నమాట

ముండకోపనిషత్‌లో ఈ విధంగా వుంది :
" ద్వా సుపర్ణా సయుజా సఖాయా సమానం వృక్షం పరిషస్వజాతే
తయోరన్యః పిప్పలం స్వాద్వత్త్యనశ్నన్నన్యో అభిచాకశీతి || " (3.1.1)

" రెండు పక్షులు .. అంటే అంశాత్మ, పూర్ణాత్మ
ఎప్పుడూ ఒకే చెట్టుమీద .. అంటే శరీరం మీద .. కలిసి ఉంటాయి
రెండూ అందమైన ఈకలతో ఒకే రకంగా ఉంటాయి
వాటిలో ఒకటి తియ్యటి పండ్లను తింటుంది
రెండవది దేనినీ తినకుండా ఊరకనే చూస్తూ కూర్చుని ఉంటుంది "

* **ధ్యానంలో పరాకాష్ట అంటే మన పూర్ణాత్మతో అనుసంధానం కలిగి వుండడం**
* **" పూర్ణాత్మ " అంటే " ద్వా సుపర్ణా " అనే ఋగ్వేద వాక్యాలలో**
వున్న " రెండవ పక్షి " అంటే " పైన వుండే పక్షి " అన్నమాట

" అక్కడా మనమే .. ఇక్కడ మనమే "

అనేకానేక ఉన్నత లోకాలకు చెంది ఆ యా లోకాల్లో హాయిగా బృందావన విహారాలను చేసి వచ్చిన గోవిందులమైన మనం అక్కడి ఆ బృందవనాలను ఇక్కడ ఈ భూమ్మీద కూడా సహసృష్టి చేయడానికే ప్రస్తుతం జన్మతీసుకుని వున్నాం !

అయినా మనకు ఒక్కోసారి మనం వున్న పరిస్థితులను బట్టి అప్పుడప్పుడూ మన శక్తిసామర్థ్యాల పట్ల " ఎక్కువ ", " తక్కువ " అనే భావనలు వస్తూ వుంటాయి. " అలా రావడం సహజమే " అని తెలియజేస్తూ ఆ దేవుళ్ళ నిజస్థితిని వారికి ఎరుక పరిచేదే ఆధ్యాత్మికత ! ముండకోపనిషత్ మనకు ఈ విషయంలో చక్కటి స్పష్టతను కలుగజేస్తోంది.

ద్వా సుపర్ణా సయుజా సఖాయా
సమానం వృక్షం పరిషస్వజాతే
తయోరన్యః పిప్పలం స్వాద్వత్త్యనశ్నన్నన్యో అభిచాకశీతి ||

పూర్ణత్వానికి ప్రతీకలయిన స్వజాతికి చెందిన రెండు బంగారు రంగు పక్షులు - ఒకే వృక్షంలోని రెండు వేర్వేరు కొమ్మలపై జీవిస్తున్నాయట ! క్రింది కొమ్మల్లో వున్న మొదటి పక్షి తియ్యని పండ్లనూ, చేదు, పులుపు, వగరు పండ్లనూ తింటూ .. అటూ, ఇటూ ఎగురుతూ, అలసిపోతూ పాపం తెగ హడావిడి చేసేస్తోందట !

రెండవ పక్షి మాత్రం చెట్టు పై కొమ్మల్లో నింపాదిగా కూర్చుని ఏమీ చేయకుండా .. ఈ క్రింది పక్షి చేస్తోన్న హడావిడినంతా ఒక సాక్షిలా చూస్తోందట !

ఇది గమనించిన క్రింది కొమ్మల్లోని పక్షి " అది కూడా నా స్వజాతి పక్షే కదా ! నాలా రకరకాల పళ్ళను రుచి చూడకుండా అంత నింపాదిగా ఎలా కూర్చోగలుగుతుంది? అసలు దాని విషయమేంటో కనుక్కుందాం " అనుకుని మెల్లగా పైకి ప్రాకుతూ చిటారుకొమ్మలకు చేరుకుందట !

తీరా పై కొమ్మలోకి చేరుకుని చూడగా .. అక్కడ వేరే మరే పక్షి లేదు. క్రింద కొమ్మల్లో వున్న తానే అక్కడ కూడా ప్రతిబింబిస్తున్నానని తెలుసుకుని ఆశ్చర్యపోయిందట !

ఆ పక్షిలాగే ఆత్మకూడా " జీవాత్మ " గా " పరమాత్మ " గా రెండు పరస్పర విపరీత స్థితులతో ఏకకాలంలో ఉండడమే ద్వైతం ! " ఆ రెండు వేర్వేరు విపరీత స్థితులను అనుభవిస్తోంది ఒకే ఆత్మ " అని తెలుసుకోవడమే అద్వైతం !

" ద్వైతం - అద్వైతం కలగలిసిన పూర్ణ స్వరూపమే మనం" అని తెలుసుకోవడమే పూర్ణసత్యం ! పరస్పర విరుద్ధమైన స్థితులను ఏక కాలంలో ఏక ప్రకాశంతో విరాజిల్లజేస్తూ వాటి స్వరూపాన్ని మనకు క్షుణ్ణంగా అర్థం చేసేదే ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞాన శాస్త్రం.

చాలా మంది ఈ సత్యాన్ని అర్థం చేసుకోలేక ఆ క్రింది కొమ్మల్లోని పక్షిలాగే .. " పైన ఎవరో నాకంటే గొప్పవాడు దేవుడిగా ఉన్నాడు. నా కర్మలన్నింటికీ ఆ దేవుడే బాధ్యుడు .. మరి నేను ఆ దేవుడి కంటే శక్తిహీనుడిని " అని తమను తాము తక్కువ చేసుకుని ఆ పైన వున్న దేవుడిని భజిస్తూ పొద్దుపుచ్చుతూంటారు ! ఎరుక తప్పిన స్థితిలో వారు తమ స్వస్థితిని మరచిపోయి క్రింది కొమ్మల్లోని పక్షి రకరకాల పండ్లను రుచి చూస్తున్నట్లు కర్మచక్రంలో పడి నలుగుతూ వుంటారు.

అలా కాకుండా " పూర్ణస్వరూపంతో పై లోకాల్లో దేవుడిలా విలసిల్లుతోన్న మనమే .. మన ఇష్టప్రకారం అనుభవజ్ఞానం పొందేక్రమంలో అంశాత్మలుగా విడివడి ఇక్కడికి వచ్చి భూమితో పాటు రకరకాల తలాల్లో మరి లోకాల్లో విరాజిల్లుతూ ఉన్నాం ! ఒక నాణానికి బొమ్మ బొరుసులాగా మనం ఒకవైపు ' నరులం ' మరొకవైపు ' నారాయణులం ' అని తెలుసుకోవాలి.

ధ్యానం ద్వారా ఈ సత్యాన్ని తెలుసుకున్న మరుక్షణం క్రింది కొమ్మల్లోని పక్షి పై కొమ్మలకు చేరుకుని తన స్వస్వరూపాన్ని గుర్తించి ఆశ్చర్యపోయినట్లు మనం కూడా ఆశ్చర్యపోతాం.

ఇరవై ఏళ్ళ అఖండ వ్రత దీక్ష యొక్క మహిమ "

వ్రతం అన్నది ఒక అకుంఠిత దీక్ష
" మౌనవ్రతం " .. " ఉపవాసవ్రతం " ..
ఈ విధంగా వ్రతాలెన్నో .. పిరమిడ్ మాస్టర్లు అందరూ కూడా అక్షరాలా రెండు పదుల వత్సరాల సుదీర్ఘ
" ఆనాపానసతి ధ్యానప్రచార వ్రత దీక్ష " లో
" శాకాహార ప్రచార వ్రత దీక్ష " లో
" పిరమిడ్‌శక్తి ప్రచార వ్రత దీక్ష " లో
1992 సంవత్సరం ప్రారంభం నుంచి .. 2012 సంవత్సరం చివరాఖరి వరకు
అనన్యసామాన్య విధంగా రాత్రనక - పగలనక, ఊరనక – వాడనక
శ్రమించారు .. పరిశ్రమించారు
ఇక ముందు కూడా మన మాస్టర్లు అదేవిధంగా పరశ్రమిస్తూనే వుంటారు
మరి మన ధ్యానప్రచార కార్యక్రమాలు, ధ్యానఅభ్యాస జీవితాలు ..
తుది శ్వాస వరకు అదేవిధంగా విరాజిల్లుతూనే వుంటాయి
" ఇరవై ఏళ్ళ అఖండ వ్రతదీక్ష " యొక్క " మహిమ " వల్ల
యవత్ ప్రపంచ ముముక్షు జన మానవాళికి మన సత్య సత్యసందేశాలు చేరిపోయాయి
ఇక ఎవ్వరూ " ' సరియైన ధ్యానవిధానం ' గురించి మాకు చెప్పేవాళ్ళు లేరు ..
అందుకోసం మేం ధ్యానం చెయ్యలేకపోయాం " అని అనలేరు!

ఇక ఎవ్వరూ " శాకాహార విశిష్టత గురించి మాకు చెప్పేవాళ్ళు లేరు ..
అందుకోసం మేం శాకాహారులం కాలేకపోయాం " అని అనలేరు !
ఇక ఎవ్వరూ " ఆత్మస్వేచ్ఛ గురించి, ఆత్మశక్తి గురించి మాకు చెప్పేవాళ్ళు లేరు ..
ఇక ఎవ్వరూ " ఆత్మస్వేచ్ఛతో, ఆత్మశక్తితో కూడి ఉండలేకపోతున్నాం " అని అనలేరు !

ఇక ఎవ్వరూ " ఆత్మలోకాల గురించి మాకు చెప్పేవాళ్ళు లేరు ..
అందుకోసం మేం ఆత్మలోక సమాచారాలను అందుకోలేకపోతున్నాం " అని అనలేరు !
1992 నుంచి 2012 వరకు ఇరవై సంవత్సరాల పాటు
అఖండంగా .. ఏకధాటిగా .. కూలంకషంగా .. అంతా చెప్పబడింది
ఇక ఎవరి ఇష్టం వాళ్ళది !
అంతేకాక, ఆంధ్రరాష్ట్రంలోని గ్రామగ్రామాలలో వేలాదిగా పిరమిడ్‌లు ..
పిరమిడ్ ఇంజనీర్ల విశేష కృషి వల్ల .. నిర్మించబడ్డాయి
తద్వారా అసంఖ్యాకంగా పిరమిడ్ ధ్యానకేంద్రాలు వెలిసాయి
అంతేకాక,భారతదేశంలోని అనేక ఇతర రాష్ట్రాలలోనూ వందలాదిగా పిరమిడ్ ధ్యానకేంద్రాలు వెలిసాయి ..

మరి బెంగళూరు మహానగర సమీపాన వున్న " మైత్రేయబుద్ధ ధ్యానవిద్యావిశ్వాలయం "
ప్రపంచానికే ఒక అద్భుత వరంగా .. సరిక్రొత్త శంబాల గా .. సాక్షాత్కరించింది!
అంతేకాక, వియత్నాం దేశంలో ఒక పిరమిడ్ ధ్యానకేంద్రం ..,
అమెరికా దేశంలో మరొక పిరమిడ్ ధ్యానకేంద్రం వచ్చాయి ..

ప్రస్తుతం, యావత్ భారతదేశంలో,
వేలాదిగా పిరమిడ్ ధ్యానయోగులు దేదీప్యమానంగా ప్రకాశిస్తున్నారు
లక్షలాదిగా మాంసాహారులు .. శాకాహారులుగా మారిపోయారు
ప్రతి చోటా బ్రహ్మర్షులు, బ్రహ్మజ్ఞానులు, బుద్ధుళ్ళు తయారయ్యారు
ధ్యాన - జ్ఞాన పూర్ణ పిరమిడ్ మాస్టర్లు అందరూ బ్రహ్మానందంలో ఓలలాడుతున్నారు

ఇక అంతా సంబరాలే ! ఇక ప్రతిదినమూ పండగే !
క్రొత్త ఆనందయుగం ఆవిర్భవించింది
సరిక్రొత్త ధ్యానారోగ్యయుగం ఏతెంచింది
నూతన ధ్యానసౌభాగ్యయుగం ఆవిష్కృతమైంది
పిరమిడ్ మాస్టర్ల కృషిమయ జీవితాలు ధన్యమయ్యాయి
పిరమిడ్ మాస్టర్లందరికీ " శ్రీ వి-జ-య " నామ సంవత్సరాది సందర్భంగా అభినందనలు !

అజ్ఞుడు - అల్పజ్ఞుడు - విజ్ఞుడు"

"అజ్ఞుడు"

అంటే, "అజ్ఞాని"
"బొత్తిగా జ్ఞానం లేనివాడు, ఏమీ తెలియనివాడు" అన్నమాట
"ఇహలోకమే సర్వం" అని భావించి,
కేవలం శారీరక వాంఛల తృప్తి కోసమే
సర్వశక్తి యుక్తులనూ ప్రయోగిస్తూ,
ఒకింత సుఖాన్నీ . . మరి కొండంత దుఃఖాన్నీ
అనుభవించేవాడే "అజ్ఞుడు"

"అల్పజ్ఞుడు"

అంటే, "అల్పజ్ఞాని"
పరలోకాలు వున్నాయని తెలుసుకున్నా, గ్రహించినా,
ఇహలోక విషయాలకే ఎక్కువ ప్రాధాన్యత ఇస్తూ,
ఆధ్యాత్మిక ప్రగతికి ఇవ్వవలసినంత విలువను ఎంత మాత్రం ఇవ్వకుండా
సుఖదుఃఖాలను విభిన్న మోతాదులలో
"పగలు-రాత్రి" లాగా అనుభవించేవాడే "అల్పజ్ఞుడు"

విజ్ఞుడు"

అంటే, "పూర్ణజ్ఞాని"
ఆధ్యాత్మికోన్నతికి అత్యధిక ప్రాధాన్యతను ఇస్తూ,
ఇహలోక విషయాలకు తగినంత మాత్రమే విలువనిచ్చేవాడు . .
స్వీయకల్యాణాన్ని లోకకల్యాణ కార్యక్రమంలో ఒక చిన్ని భాగంగా మాత్రమే భావించేవాడు
విజ్ఞుడే దుఃఖరహితమైన, అవిచ్ఛిన్నమైన ఆనందాన్ని సర్వదా అనుభవిస్తూ వుంటాడు
విజ్ఞులుగా అవడమే మనందరి లక్ష్యం

" ఆహారం - వ్యవహారం "

" దేహం " అన్నది వేరే
" దేహి " అన్నది వేరే

అన్నం, నీరు, రొట్టె మొదలయినవన్నీ
మన " దేహానికి " ఆహారం మాత్రమే
అంతేకానీ, " దేహి " కి కాదు
అంటే, " మనకు " కాదు

పంచ జ్ఞానేంద్రియాల ద్వారా బహిర్ జ్ఞానం
" శరీరం లోపలి చైతన్యాన్ని " అంటే " దేహి " ని చేరి
దానిని ఉత్తేజపరచేదే, " మన " కు " ఆహారం "

పంచ కర్మేంద్రియాల ద్వారా,
" మనం " చేసే చేష్టలే మన " వ్యవహారం "
మన వ్యవహారం ఇతరులకు ఆహారం అవుతుంది.
ఇతరుల వ్యవహారం మనకు ఆహారం అవుతుంది.
ఉదాహరణకు :
మన మాటలు ఇతరులకు వారి చెవుల ద్వారా వారికి " ఆహారం " అవుతుంది :
మన చేష్టలు ఇతరులకు వారి కళ్ళ ద్వారా " ఆహారం " అవుతుంది

* **మన వ్యవహారం ఇతరులకు ఆహారం**
* **ఇతరుల వ్యవహారం మనకు ఆహారం**

"ఆహార వ్యవహారాల్లో జాగ్రత్త"

ఆహారంలోజాగ్రత్త .. వ్యవహారంలో జాగ్రత్త ..
ఆహార వ్యవహారాలు .. రెండింటిలో జాగ్రత్తగా వుండాలి.
దేహానికి ఆహారం అన్నది వేరే .. "దేహి" కి ఆహారం అన్నది వేరే ..
దేహానికి ఆహారం .. కర్మేంద్రియమైన నోటి ద్వారా లభిస్తుంది
"దేహి" కి ఆహారం .. పంచజ్ఞానేంద్రియాల ద్వారా లభ్యం
యుక్తమైన ఆహారాన్నే సదా స్వీకరించాలి
"యుక్తాహార విహారస్య" .. అన్నారు కదా భగవద్గీతాచార్యుల వారు.
దేహానికి అయుక్తమైన ఆహారాన్ని .. తృణీకరించాలి
దేహపరమైన అయుక్త ఆహారం .. మాంసాహారం
"దేహి" పరమైన అయుక్త ఆహారం .. చెత్తకబుర్లు .. ప్రాపంచిక కబుర్లు ..
"దేహి" కి అయుక్తమైన ఆహారాన్ని కూడా నిశ్చయంగా తృణీకరించాలి
"దేహి" పరమైన "ఇంద్రియ విహారం" యుక్తంగా ఉండితీరాలి
పంచ జ్ఞానేంద్రియాల్లో "శ్రవణేంద్రియం" అన్నింటికన్నా మౌలికమైనది
ఉత్తములూ .. ఉన్నతులూ .. శాస్త్రజ్ఞులూ .. మరి యోగులూ అయినవాళ్ళ మాటలే వినిపించుకోవాలి
ఉత్తములూ .. ఉన్నతులూ .. శాస్త్రజ్ఞులూ .. మరి యోగులూ అయినవాళ్ళ పుస్తకాలే చదవాలి
అలాగే "వ్యవహారం" ..
"యుక్తచేష్టస్య కర్మను" అన్నారు కదా భగవద్గీతాచార్యులవారు.
"వ్యవహారక్షేత్రం" అంటే "చేష్టాక్షేత్రం"
"వ్యవహారక్షేత్రం" అంటే "వాక్ క్షేత్రం"
ఇతరుల మాటలు మనకు ఆహారం .. మన మాటలు ఇతరులకు ఆహారం
"మన వ్యవహారం సరిగ్గా వుండాలి" అంటే .. "మన మాటలు సరిగ్గా వుండాలి"
మన మాటలు "సరియైన వ్యవహారం" తో .. "ఇతరులకు సరియైన ఆహారం" అందించాలి
"దేహి" పరంగా .. ఇంకా ..
"ఆహారక్షేత్రం" అంటే "శ్రవణేంద్రియక్షేత్రం" .. అంటే "సజ్జనసాంగత్యక్షేత్రం"
"ఆహారక్షేత్రం" అంటే "గ్రంధాధ్యయన క్షేత్రం" ..
ధ్యాన, స్వాధ్యాయ, సజ్జన సాంగత్యాదులే .. "దేహి" కి విశేషమైన ఆహారపదార్థాలు.
"దేహికీ", మరి "దేహానికి" రెండింటికీ .. అవసరమైన ప్రాణాహారం "ధ్యానం" ద్వారా లభిస్తుంది
"ప్రాణాహారక్షేత్రం" అన్నది "శ్వాసక్షేత్రం" ఆహార వ్యవహార క్షేత్రాల్లో జాగ్రత్తగా వుండాలి
తస్మాత్ జాగ్రత్త... జాగ్రత్త... జాగ్రత్త...
యుక్తాహార విహారస్య - యుక్తచేష్టస్య కర్మసు
యుక్తస్వప్నావబోధస్య - యోగోభవతి దుఃఖహా ....భగవద్గీత .. 6-17

" అహమేవ శరణం మమ "

" భక్తియోగం " లో
మామూలుగా మనం వింటూ వుంటాం
" త్వమేవ శరణం మమ " అని

అంటే
" నీవే నాకు దిక్కు " అని

ఈ స్థితి మనలను నిర్వీర్యులుగా చేస్తుంది
ఎప్పుడూ " త్వమేవ " " త్వమేవ " అంటూ వుండడం
మన గోతిని మనమే త్రవ్వుకోవడం లాంటిది
అయితే " త్వం " అన్న పదం చోట " అహం " అన్న పదం చేర్చుకోవాలి

ఎప్పుడూ " అహమేవ శరణం మమ " అనుకోవాలి
అంటే, " నాకు నేనే శరణు " అని ..
ఇదే సరియైన జీవన జ్ఞాన దృక్పథం

* **" భక్తి రోగం " అన్నది " త్వమేవ శరణు " అంటుంది**
" ఆత్మయోగం " అన్నది " అహమేవ శరణు " అంటుంది
* **అంటే " నాకు నేనే దిక్కు " అన్నమాట**

అహం బ్రహ్మాస్మి

"అహం దేహోస్మి ... అహం శ్వాసోస్మి ... అహం బ్రహ్మాస్మి"

సత్యం అందరికీ తెలిసినా, ఆచరణలో చాలామంది సరైన అవగాహన లేకుండా వున్నారనీ" 'అహం దేహోస్మి' గా ఉన్న మనం, 'అహం బ్రహ్మాస్మి' గా తెలుసుకోవాలంటే 'అహం శ్వాసోస్మి' ఒక్కటే మార్గం. అన్య మార్గాలు లేవు. ఉన్నది ఒక్క మార్గం. అది శ్వాస మీద ధ్యాసే."

అదృష్టం"

"దృష్టి" = "చూపు"

"ద్రష్ట" = "చూసేవాడు"

"దృష్టం" = "చూడబడేది"

"అ + దృష్టం" = "చూడబడనది"

"అదృష్టం" అంటే "చూడబడనిది" . .

అంతేకానీ "లేనిది" అని మాత్రం కాదు

కారణం కనబడితేనే "దృష్టం"

కారణం అగోచరమయితే "అదృష్టం"

కారణం గత జన్మలోనూ,

కార్యం ఈ జన్మలోనూ

ఉన్నప్పుడు ఇక అది సామాన్యులకు కనబడదు

అలాగే,

కారణం "శుభప్రదం" గా ఉన్నప్పుడు "అదృష్టం" అనీ

అది "అశుభప్రదం" గా ఉన్నప్పుడు "దురదృష్టం" అనీ అంటాం

కారణం లేకుండా ఏ కార్యమూ ఎప్పుడూ ఉండదు

'అదృష్టం' , 'దురదృష్టం' అన్నది కారణ-కార్య సంబంధాలే

"అద్భుతమైన ఆనంద సూత్రం"

మనిషి ఎప్పుడూ ఆనందంగా జీవించాలి. అతడు ఓ ఆనందవాహిని కావాలి. అలెగ్జాండర్ ప్రపంచాన్నంతా ధ్వంసం చేసి, "నేను గొప్ప విజయాన్ని సాధించాను" అనుకుని తన తిరుగు ప్రయాణంలో తన స్వంత దేశానికి చేరువవుతున్న సమయంలో ఒకచోట విశ్రాంతి తీసుకుంటూ ఉంటాడు. తీసుకుంటూ "ఈ చుట్టుప్రక్కల చూడడానికి వింతలు విశేషాలు ఏమున్నాయి?" అని అడిగినప్పుడు "ఏమి లేవు స్వామి. అయితే ఒక ముసలి వాడున్నాడు. 'డయోజనీస్' అని; చాలా గొప్ప యోగి అట. అతను గొప్ప ఖ్యాతి ఉన్నవాడు" అన్నారు. "అయితే అతన్ని నా దగ్గరికి తీసుకురండి చూస్తాను, మాట్లాడతాను" అన్నాడు అలెగ్జాండర్. "అతను మీ దగ్గరికి రాడండి; మీరే అతని దగ్గరకు వెళ్ళాలి" అని భటులు వెళ్తారు గానీ, అతన్ని తీసుకు రాలేకపోతారు. అప్పుడు అలెగ్జాండరే ఆ డయోజనీస్ దగ్గరకే, ఆ వృద్ధుడి దగ్గరకే వెళ్ళి "డయోజనీస్, ఏమిటి నీ ప్రత్యేకత?" అని అడిగితే నేను నీకు సమాధానం చెప్పే ముందు నేను నిన్ను ఓ ప్రశ్న అడుగుతాను - "నువ్వు ఈ రాజ్యాలన్నీ ఎందుకు కొల్లగొట్టావు?"

"నేను ఇంటికి వెళ్ళి ఆ తర్వాత చక్కగా, హాయిగా జీవిస్తాను ఈ సిరి సంపదలతో, ఈ పేరు ప్రతిష్ఠలతో" అని అంటాడు.

"అలెగ్జాండర్, అవన్నీ ఏమీ లేకుండానే నేను చిన్నప్పటి నుంచే ఆనందంగా వున్నాను" అని డయోజనీస్ అంటాడు "ఆనందంగా జీవించడం కోసమే నువ్వు ఇవన్నీ సంపాదించావు. ఇంత కష్టపడ్డావు. అయితే నేను చిన్నప్పటి నుంచే ఆనందంగా జీవిస్తున్నాను. అదే నా ప్రత్యేకత" అంటాడు డయోజనీస్.
అలాగే చాలామంది చుట్టుప్రక్కల వాళ్ళు డయోజనీస్ దగ్గరికి వెళ్ళి "మీరు ఎప్పుడూ ఆనందంగా ఎలా ఉండగలుగుతున్నారు?" అని ప్రశ్న వేసారు. అప్పుడు డయోజనీస్ ఇలా చెప్పాడు - "ప్రొద్దున లేవగానే నేనొక నిర్ణయం తీసుకుంటాను - 'ఇవాళ నేను ఆనందంగా వుంటాను, ఏది ఏమైనా సరే' అని దృఢంగా నిశ్చయించుకుంటాను. కనుక ఆ రోజంతా ఆనందంగా ఉండగలుగుతున్నాను –

ఎండైన, వానైనా, కలిమిలేములైనా, భోజనం దొరికినా దొరక్కపోయినా - ఆనందంగానే వుంటాను ఎందుకంటే నిర్ణయం తీసుకున్నాను గనుక. అదే విధంగా ప్రతిరోజూ ప్రొద్దున్నే నిర్ణయం తీసుకుంటాను. కనుకనే సదా ఆనందంగా ఉండగలుగుతున్నాను" అని జవాబు చెప్పాడు.... ఇది అద్భుతమైన ఆనంద సూత్రం. కనుక ఒకదాన్ని నిర్ణయించుకుంటే, అంటే "నేను సంగీతం నేర్చుకోవాలి" అని నిర్ణయం తీసుకున్నప్పుడు సంగీతం నేర్చుకుంటావు. ఆ నిర్ణయం లేనప్పుడు "వస్తుందో రాదో? చేస్తామో? చేయ్యలేమో?" అని అనుకుంటే సంగీతం కానీ, ఇంకొకటి కానీ ఏదీ ఎప్పటికీ రాదు గాక రాదు. రానే రాదు.

"నేను ఎలాంటి పరిస్థితుల్లోనైనా ఆనందంగా జీవించాలి" అని కృతనిశ్చయుడవైతే ఎప్పుడూ ఆనందంగా వుంటావు. మనం 'నిర్ణయం తీసుకున్నాం' కనుక ఆనందంగా వుంటాం. అదీ సూత్రం. నిర్ణయం తీసుకోవాలి - "నేను ఇవాళ ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనైనా ఆనందంగా వుంటాను" అనుకోవాలి.

"ఆనంద శాస్త్రం"

ఏది చేస్తే మనం ఎప్పుడూ ఆనందంగా వుంటామో, అదే చెయ్యాలి. ఆనంద శాస్త్రం గురించి ప్రక్కవాడి నుంచి అడిగి తెలుసుకోవాలి. ఏది చేస్తే ఆనందంగా వుంటుందో చెప్పే శాస్త్రాన్నే చదవాలి. గ్రంథాలను చదవాలి. చక్కటి సజ్జన సాంగత్యం చెయ్యాలి. అందరి దగ్గరి నుంచి అన్నీ తెలుసుకుంటూ వుండాలి.

ఏది చేస్తే 'ఎప్పుడూ' ఆనందంగా వుంటామో తెలుసుకోవాలి. కొంతమంది చిన్న చిన్న లాభాల కోసం అబద్ధాలు ఆడుతూ వుంటారు. కానీ "Honesty is the Best Policy" అనేదే తెలియదు. ఎప్పుడూ కూడా త్రికరణశుద్ధిగా వుండడమే సరియైన 'ఆనంద సూత్రం' .... చెప్పిందే చెయ్యాలి. చేసిందే చెప్పాలి. ఆలోచించిందే చెప్పాలి. 'మనసా, వాచా, కర్మణా' ఏకంగా వుండడమే త్రికరణశుద్ధి కలిగి వుండడం అంటే. త్రికరణశుద్ధి లేనివాడికి ఆనందం ఆమడదూరం. త్రికరణశుద్ధి ఉన్నవాళ్ళకే ఆనందం లభ్యం. కనుక, నువ్వు ఆనందంగా ఉండాలంటే త్రికరణశుద్ధి కలిగి వుండు. నీకు తెలియనిది మాట్లాడకు, తెలిసిందే మాట్లాడు. మాట్లాడిందే ఆచరించు. ఆచరించిందే మాట్లాడు. మనస్సులో ఒకటి పెట్టుకుని, నోటితో ఇంకొకటి మాట్లాడకు. ఇవన్నీ ఆనంద సూత్రాలు.

ఎవరైతే నిజాయితీగా వుంటారో, త్రికరణశుద్ధి కలిగి వుంటారో వారే నిత్యం ఆనందమయులుగా వుంటారు. ఇదే ఆనంద సూత్రం, కనుక ఇదే పిల్లలకు చెప్పాలి. ఇదే పెద్దలకూ చెప్పాలి. ఇదే బంధువులకీ చెప్పాలి. ఇదే శత్రువులకూ చెప్పాలి.

ప్రతి విద్యనూ అందరికీ నేర్పిస్తూ వుండాలి. అందరికీ నేర్పించడంలోవుండే ఆనందం అంతా ఇంతా కాదు. నేను ఎంతోమందికి ధ్యానం నేర్పించాను. ధ్యానం నేర్పించడంలో వుండే ఆనందం ఎంతో అది నాకే తెలుసు. ధ్యాన విద్యను నేర్పించని వాళ్ళకు ఆ ఆనందం తెలియదు. అందరూ ధ్యానంలో గంటలు గంటలు కూర్చుని, మళ్ళీ నా దగ్గరకు వస్తూ, "నాకు ఫలానా అనుభవం వచ్చింది"; "నాకు తలనొప్పి పోయింది"; "నాకు కృష్ణుడు కనిపించాడు"; "నేను గత జన్మలు చూసుకున్నాను" అని చెబుతూంటే ఎంత ఆనందమో... ధ్యానం ద్వారా వచ్చే ఆనందం కన్నా, ధ్యానం చేయిస్తే వచ్చే ఆనందం వెయ్యిరెట్లు గొప్పది.

"అధర్మయుక్తమైన కర్మలు?"

ఒకవేళ గనుక, అధర్మయుక్తమైన కర్మలైనా "చేయాలి" అని
విపరీతంగా అనిపిస్తే చేసేతీరుతాం
ఇది రజోగుణ సంబంధమైనది;
ఒకానొక వ్యక్తికి ఇది కూడా అవసరం కావచ్చు ఇది కూడా తీర్చుకునే తీరాలి . .
అప్పుడే అభివృద్ధి . .
మరి అప్పుడే ముందుకు వెళతాం

అందుకే వేమన యోగి అన్నాడు;
"కామిగాక మోక్షగామి కాడు" అని
కోరికలు తీర్చుకోవడంలో ఉద్యుక్తుడైన వాడే "కామి"

'ఆ కామి'మొదట 'కామి'గా మారాలి
ఒకవేళ 'దుష్కామి'అయితే క్రమక్రమంగా
ఆ యా పాఠాలు నేర్చుకోవడం ద్వారా, అచిరకాలంలో,
'సత్యకామి' గా అయితీరుతాడు

అభ్యాసం = అభ్యాసం = అభ్యాసం"

మనిషికి ఆరోగ్యం కావాలి మనిషికి సుఖం కావాలి
మనిషికి దుఃఖం పోవాలి మనిషికి ముక్తి కావాలి
మనిషికి జన్మ రాహిత్య పదవి కావాలి
ఈ విధంగా ఎన్నో, ఎన్నో ఆకాంక్షలు
అయితే అభ్యాసం మటుకు చేయడు
కష్టపడటానికి ఇష్టపడడు   అన్నీ ఉత్తినే రావాలి
గురువు గారి పాదాలు పట్టుకోగానే అన్నీ లభ్యమవ్వాలి
గుడిలో టెంకాయ కొట్టి ఇంటికి రాగానే ఇంట్లో అవన్నీ ఉండాలి
గుడిలో విగ్రహం ముందు ఒక్క క్షణం కళ్ళు మూసుకోగానే దేవుడు ప్రత్యక్షం కావాలి
ప్రత్యక్షం అయి మన భక్తికి పరవశం అయి అన్ని వరాలూ దోసెట్లో పోసెయ్యాలి
మన బుద్ధి ఇలా తగలడింది మన మేధస్సు ఇంతగా కుంచించుకుపోయింది
శాస్త్రీయ దృక్పథం పూర్తిగా మృగ్యమైపోయింది
క్రికెట్ నేర్చుకోవటానికి ఎంత అభ్యాసం ఉండాలో,
సంగీతంలో పట్టు సాధించటానికి ఎన్నెన్ని గంటలు పణం పెట్టాలో,
లక్షాధికారి కావటానికి ఎంత చెమటోడ్చాలో,
భార్యా బిడ్డల్ని పోషించటానికి ఎన్ని కష్ట నష్టాలను భరించాలో,
ఒక పెళ్ళి సక్రమంగా జరిపించటానికి ఎన్ని సూక్ష్మమైన విషయాలు గమనించాలో,
ఒక ఇల్లు కట్టుకోవడానికి ఎన్ని తతంగాలు అవసరమో,
ఒక ముక్క కాగితం మీద వ్రాయడానికి ఎంత ఆలోచించాలో,
ఆఫీసు నుంచి ఇంటికి స్కూటర్ డ్రైవ్ చేయటానికి అనుక్షణం ఎంత జాగ్రత్త వహించాలో,
వీటన్నింటికీ ఎంతో అభ్యాసం అవసరం అని అందరికీ తెలుసు.
వీటిలో వేటికీ ఎవరూ పూజలు చేయరు; వ్రతాలు చేయరు,
గురువు పాదాలు పట్టరు; మంత్రాలు వల్లించరు.
అన్నీ అభ్యాసం చేస్తేనే వస్తాయి అని అందరికీ చక్కగా తెలుసు.
కృషితో నాస్తి దుర్భిక్షం అని అన్ని విషయాలలో చక్కగా గ్రహించారు.
అయితే శారీరక ఆరోగ్యం అన్నది మటుకు డాక్టర్ల దగ్గరికి పోతూనే వచ్చేసేయాలి.
అలా మందులు మింగుతూనే ఇలా స్వస్థత చేకూరాలి.
డబ్బులు అలా వెదజల్లుతూనే ఇలా ఆరోగ్యం వచ్చేయాలి.
మనం తినే వాటిల్లో మటుకు ఏమీ తేడా ఉండకూడదు.
ఏ యొక్క మనోనియంత్రణా మనం చేయకూడదు.

ఆరోగ్యం మటుకు అలా వచ్చేయాలి.
ఎక్కడికి పోయిందీ మన శాస్త్రీయ దృక్పథం?

ఎక్కడికి పోయిందీ బేసిక్ కామన్ సెన్స్?
అదే విధంగా వెంటనే ముక్తి వచ్చేసేయాలి. వెంటనే మనం గురువులం అయిపోవాలి.
కానీ, దానికి కావలసిన సాధన మట్టుకు తలపెట్టం,

అన్నింటికీ తొందర - తొందర – తొందర
నాకింకా మూడో కన్ను తెరుచుకోలేదండీ ... ఇదీ వరస
ఎక్కడికి పోయిందీ శాస్త్రీయ దృక్పథం?
ఎక్కడికి పోయిందీ బేసిక్ కామన్ సెన్స్?
ఆరోగ్య సూత్రాలు పాటించం - తగిన సాధన చేయం - కానీ ముక్తి కావాలి
రామచంద్రా! ఈ మానవాళికి బుద్ధి ఎప్పుడు వస్తుందో
మానవాళి సంగతి ఎందుకుగానీ - పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ ధ్యానులందరికీ ఒకటే సందేశం ...
అభ్యాసం - మరింత అభ్యాసం - నిరంతరం అభ్యాసం
అభ్యాసం శరణం గచ్చామి ! అభ్యాసం శరణం గచ్చామి !! అభ్యాసం శరణం గచ్చామి !!!

ఆత్మా దృశ్యతే సూక్ష్మదర్శిభిః"

"ఏష సర్వేషు భూతేషు గూఢోత్మాన ప్రకాశతే
దృశ్యతే త్వగ్ర్యయా బుద్ధ్యా సూక్ష్మయా సూక్ష్మదర్శిభిః" = కఠోపనిషత్(3-12)

సర్వేషు	=	అన్ని
భూతేషు	=	జీవులలో
గూఢః	=	దాగివున్న
ఏషః	=	ఈ
ఆత్మా	=	ఆత్మ
నప్రకాశతే	=	ప్రకాశించదు (అందరికీ)
సూక్ష్మదర్శిభిః	=	సూక్ష్మవిషయాలను దర్శించగలిగే ఋషుల చేత
అగ్ర్యయా	=	తీక్షణమైన, ఏకాగ్రమైన
బుద్ధ్యా	=	బుద్ధిచేత; (ఏషః ఆత్మా = ఈ ఆత్మ)
తు	=	కానీ
దృశ్యతే	=	సాక్షాత్కరింపబడుతుంది

"అన్ని జీవులలోనూ గుప్తమైవున్న ఈ ఆత్మ అందరికీ ప్రకటితం కాదు; సూక్ష్మదర్శులైన ఋషులు మాత్రమే తీక్షణమైన, ఏకాగ్రమైన తమ బుద్ధి ద్వారా ఈ ఆత్మను సాక్షాత్కరించుకోగలరు"

(=రామకృష్ణ మిషన్ ప్రచురణ)

ఆస్తికులు – నాస్తికులు"

"ఆస్తికలు"
అంటే " ' ఆస్తి' " అనేవారు".
'ఆస్తి' అంటే 'వున్నది' అని అర్థం
ఏమిటి వున్నది అని ?
"మరణానంతర జీవితం" వున్నదనీ;
"దైవ పదార్థం" వున్నదనీ;
"ఈ ఉన్నదంతా అదే" అనీ;
"సృష్టి క్రమంలో నిర్దిష్టమైన ప్రణాళిక, ప్రయోజనం అన్నవి వున్నాయి" అనీ
న + అస్తి = నాస్తి :
"ఇవన్నీ లేవు" అంటే "నాస్తి" అనే వారే "నాస్తికులు"

'లేవు' అనేవారు ఎప్పుడూ వున్నదాన్ని చూడలేరు, పొందలేరు,
'ఉన్నది' అనే వార్ఏ వున్నదాన్ని చూడగలరు, పొందగలరు.

"ఆస్తికులలో నాలుగు వర్గాలు"

ఆస్తికులలో నాలుగు వర్గాల వారున్నారు:
మూఢ భక్తులు...శిష్యులు...గురువులు...పరమ గురువులు
మనిషి తన ఆత్మ పరిణామక్రమంలో
నాస్తికత్వం నుంచి ఆస్తికత్వంలోకి వచ్చిన తరువాత,
మూఢభక్తిలో మొదట 'పరవశుడు' అవుటూ వుంటాడు;
"పరమవశుడు" అంటే "పరులకు వశుడు అయినవాడు" అని అర్థం
కానీ, తరువాత "ధ్యానం వల్లనే జ్ఞానం, జ్ఞానం వల్లనే ముక్తి" . .
అనే పరమ సూత్రాన్ని క్రమక్రమంగా తెలుసుకుంటూ
తీవ్రసాధనల ద్వారా అష్టసిద్ధులనూ స్వాధీనం చేసుకుంటూ
పరమగురువు స్థాయి కి చేరుతాడు
ఆ స్థాయి కి చేరుకున్న వాళ్ళనే సామాన్య ఆస్తికులూ,
వారి భక్తులూ, అయినవాళ్ళూ "దేవుడు" అని అంటున్నారు

దివ్యత్వం సాధించిన మానవుడే 'దేవుడు';
'దివ్యుడు' అనే పదానికి వికృతే 'దేవుడు' అనే పదం

పరమ గురువులే 'దేవుళ్ళు'

ఆహారం - వ్యవహారం"

"ఆహారం" అంటే స్వీకరించేది- "వ్యవహారం" అంటే ఇవ్వబడేది. మామూలు మనుష్యుల ఉద్దేశ్యంలో "స్వీకరించేది" అంటే శరీరం కోసం లోపలకు తీసుకునే ఆహారం. "ఇవ్వబడేది" అంటే బయట చేసే వ్యవహారం. ఆహారం తీసుకోవటం అంటే శరీరానికి పోషక పదార్థం యివ్వటం. ఇది ప్రతిప్రాణీ చేసేదే. దీనిలో ఏ ప్రత్యేకతా లేదు. మరి మనిషి పుట్టినందుకు మనకు కొంత పరిణితి ఉండాలి కదా! పొట్టనింపుకోవటం అవసరమే. కానీ దానితోనే పరిమితం కారాదు.

ఆహారాలు నాలుగు రకాలు. (1) శారీరకపరమైన ఆహారం (2) మానసికపరమైన ఆహారం (3)బుద్ధిపరమైన ఆహారం (4) ఆత్మపరమైన ఆహారం

మొదటిది శారీరకమైన ఆహార స్వీకరణం -ఎవ్వరూ చెప్పక పోయినా అందరూ చేస్తూ వున్నదే. "మానసికపరమైన ఆహార స్వీకరణం" అంటే సూర్యోదయం, సూర్యాస్తమయం, పండువెన్నెల, ప్రకృతి అందాలు.. ఇవన్నీ మనస్సుకు అత్యంత ఆహ్లాదాన్నీ+ ఆనాందాన్నీ యిస్తాయి. మనస్సు పండుగ చేసుకుంటుంది కాబట్టి వాటిల్లో మనస్సు నిమగ్నమయినప్పుడు దాని ఆరోగ్యం ద్విగుణీకృతమవుతుంది.

"బుద్ధిపరమైన ఆహార స్వీకరణం" అంటే బుద్ధి పరిశుద్ధి కావటానికి అవసరమైన అసలైన ఆధ్యాత్మిక గ్రంథాలు విరివిగా చదవాలి. ఈ ఆరోగ్యం ఉన్నవారి బుద్ధి..భగవద్గీత, బైబిల్, న్యూఏజ్ స్పిరిచ్యువల్ బుక్స్‌లాంటివి చదావాలని ఉవ్విళ్ళూరుతూ వుంటుంది. గొప్పగొప్పవాళ్ళను పదేపదే చదవటం వలన అందరి గొప్పతనాన్ని మనలో నింపుకోగల్గుతాం.

ఇంక అన్నింటికంటే అత్యున్నతమైనది..."ఆత్మపరమైన ఆహార స్వీకరణం" అదే "ధ్యానం"! ధ్యానం ద్వారా మనం ప్రాణశక్తినీ - విశ్వజ్ఞానాన్నీ- విజ్ఞానసంపత్తినీ విశేషంగా పొందటమే ఆత్మపరమైన ఆహార స్వీకరణం. అందువలననే మన "P.S.S.M." వారం ఈ ధ్యాన, స్వాధ్యాయ, సజ్జన సాంగత్యాదుల ద్వారా నాల్గురకాల ఆహారాన్ని పొందుతూ రోజురోజుకూ మహాశక్తివంతులమౌతున్నాం. మనమే కాకుండా జగత్తు మొత్తం మనలాగానే తయారుచేయాలనేదే మన మౌలిక సిద్ధాంతం.

ఈ పరిపూర్ణమైన "చతుర్విధ ఆహార స్వీకరణం సమగ్ర విధానం" వలన మన "జీవితం" పరమాద్భుతంగా తయారు అవుతుంది. మన నోటినుండి వచ్చే "వ్యవహారం" సదా మన మైండ్‌లో ఉండే ఆహారంపైనే నూటికి వెయ్యిపాళ్ళు ఆధారపడి వుంటుంది. మానసికపరమైన, బుద్ధిపరమైన, ఆత్మపరమైన ఆహారాలు అందించినప్పుడు మైండ్ మనకు తెలీయకుండానే వశమయి పోతుంది. దానివలన ఆటోమేటిక్‌గా మాట సరిగ్గా వస్తుంది. మాట సరిగ్గా వున్నప్పుడు చేత తనంతట తానే సరిగ్గా మారిపోతుంది. అంచేత "ఆహార వ్యవహారాల"లో కాదు, "ఆహారం" లోనే జాగ్రత్తగా వుండాలి. ప్రొద్దన్నే లేచి రెండుగంటలు ధ్యానం ద్వారా ఆత్మకు ఆహారం యిచ్చి బయటకు వెళ్ళి వ్యవహారం చేసి చూస్తే ముఖవర్చస్సు ఎంతో పెరిగి ప్రతి పనీ విజయవంతమయితీరుతుంది!

మనిషి ముఖ్యం - అతని 'నీడ' ముఖ్యం కాదు! "నా నీడ నా వెంట వస్తుందో, రాదో" అని భయపడడు! ఎందుకంటే నీడ మనలను ఎప్పుడూ వీడడు" నీడ గురించి అటువంటి అవసరమే లేదు! మన ఆహారానికి..వ్యవహారం అన్నది 'నీడ' మాత్రమే! "యధారాజా తధాప్రజా" అన్నట్లే "యధా ఆహారం - తధా వ్యవహారం". రాజు చేతులలో ప్రజలు ఉంటారు. "ఆహారం అంటే రాజు - వ్యవహారం అంటే ప్రజలు". రాజు చక్కగా ఉంటే ప్రజలూ సహజంగానే చక్కగా వుంటారు.

మనం నాస్తిక పిడివాద గ్రంథాలు ఎక్కువగా చదివితే ఆ భావాలే పెరిగి ఎలా నాస్తికం అవుతామో బుద్ధుడు - మహావీరుడు లాంటి వారి యొక్క గ్రంథాలు చదివితే బుద్ధి వికసించి వారంతటవారం అవుతాం! బావిలో బ్రతికే కప్పలాంటి జీవితం మామూలు నాస్తిక వాదులదైతే.. విశాలమైన సముద్రంలో బ్రతికే తిమింగలం లాంటి జీవితం ధ్యానులది!

ప్రతి ఒక్క వ్యక్తీ సకల ప్రాణికోటి నుండీ అన్నీ నేర్చుకోవాలి. "నిరంతరం నేర్చుకోవటం" అనేది ఉండాలి! నేర్చుకోవాలనే కోరిక, గమనింపు ఉండాలే గాని ఒక చీమ, ఒక పాము, ఒక ఏనుగు, ఒక అటెండరూ అందరి దగ్గరా - అన్నింటి దగ్గర నేర్చుకోవలసింది ఏదో ఒకటి ఖచ్చితంగా వుంటుంది! కత్తియుద్ధం నేర్చుకోవాలనుకున్న వాడెవ్వడూ ఎప్పటికీ తన కత్తిని తుప్పు పట్టనివ్వడు! ఎప్పటికప్పుడు దానికి సానపెడ్తూ... ఇంకా ఇంకా మెళకువలు తెల్సుకుంటూ అభ్యాసం చేస్తూనే వుంటాడు.

దానివల్లనే నిజంగా యుద్ధం చేయాల్సివచ్చినప్పుడు జయం పొందుతాడు. ఒక కర్మాగారంలో ఒక పారిశ్రామికవేత్త ముడిసరకు నాణ్యతను ఎప్పటికప్పుడు పరీక్షించుకుంటూనే వుంటాడు.

సాధనా తీవ్రతను బట్టీ, సాధనా శ్రద్ధను బట్టే సాధ్యాసాధ్యాలు సానుకూలం అవుతూ వుంటాయి. కొందరికి ధ్యానం మొదలపెట్టిన మూడవరోజుకే మూడవకన్ను తెరుచుకుంటుంది. "అదృష్టం" అనుకుంటారు అజ్ఞానులు.. అయితే ఏదీ అయాచితంగా రాదు. అంతకుముందు జన్మల్లో అఖండంగా చేసిన ధ్యానసాధనా ఫలితమిది! హిరణ్యకశిపుడు ప్రహ్లాదుడిని చంపటానికి శతవిధాల ప్రయత్నించాడు. ప్రహ్లాదుడిగా పుట్టిన ఆ బాలుడు ఆ ప్రహ్లాద జన్మలో ఏ సాధనా చేయలేదు. అయితేనేం? దానికి ముందుజన్మలోనే పదిలపరచుకొన్న "ధ్యానపటిమ" బ్రహ్మాండంగా వికసించి వుంది. అంచేత హిరణ్యకశిపుని వల్ల ఏమీ కాలేదు. కాదు కూడా. డాక్టర్ మంగళంపల్లి బాలమురళీకృష్ణ గారు అతి చిన్న వయస్సులోనే సంగీతాన్ని ఆలపించారు. ఆస్వాదించాడు. ఎవ్వరూ విశిష్టంగా నేర్పలేదు. ఎక్కడ నుండి వచ్చింది ఆ నాణ్యత? అంతా కూడా పూర్వజన్మలో నేర్చేసుకున్నాడు కాబట్టి వచ్చింది!

పూర్వజన్మల్లోనూ - మరి ఈ జన్మలోనూ సాధన లేని వారి సంగతి ఏమిటి? వాళ్ళకోసమే మన "P.S.S.M." స్థాపించబడింది! మనచేతికి ఐదు వ్రేళ్ళు ఉన్నాయి. చిటికెనవ్రేలు శారీరక ఆరోగ్యం, ఉంగరపు వ్రేలు మానసిక ఆరోగ్యం, మధ్యవ్రేలు బుద్ధిపరమైన ఆరోగ్యం, బొటనవ్రేలు సంఘపరమైన ఆరోగ్యాలకు సంకేతాలుగా వున్నాయి. "నేను బాగుండాలి" అనేది ఆత్మపరమైన ఆరోగ్యం-"అందరూ బాగుండాలి" అనుకోవటం సంఘపరమైన ఆరోగ్యం.

"సూక్ష్మంలో కొండంత మోక్షం" ధ్యానులకు సిద్ధిస్తే "స్థూలంలో రవ్వంత మోక్షం" పుణ్యకార్యాలు చేసేవారికి లభిస్తుంది! కొండంత పుణ్యకార్యాలు చేస్తే వచ్చే మోక్షం - రోజుకు రెండు గంటలసేపు కాసింత ధ్యానం చేస్తే వచ్చేస్తుంది!

పలానవాడి జీవితం "మూడుపువ్వులూ -ఆరు కాయలుగా ఉంది" అంటాం. అయితే ధ్యానం చేసేవారికి "ముప్పైపూవులు అరవై కాయలు" గా వుంటుంది జీవితం! అంటే ధ్యాని కాని వాడికి దక్కేవి... "మూడు భాగ్యాలు... మహా అయితే ఆరుభాగ్యాలు" అదీ ఎన్నో వందల, వేల పుణ్యకార్యాలు చేసి వుంటేనే. ధ్యాని అయినవాడికి "ముప్పై, అరవై" అబ్బో అంతులేనన్ని భాగ్యాలు!

శరీరానికి నీళ్ళు పోసుకుంటే అది స్నానం. ఆత్మకు ప్రాణం పోసుకుంటే అది ధ్యానం! కాబట్టి కేవలం "శరీరానికి మాత్రమే ఆహారం" అనుకోకుండా ప్రతివ్యక్తీ ప్రతిరోజూ ధ్యానం తప్పనిసరిగా ఆచరించి ఈ జన్మలోనయినా శారీరకపర, మానసికపర, బుద్ధిపర, ఆత్మపర, సంఘపరమైన ఆరోగ్యాలను పొందగలరు!

ఈ విధంగా ప్రహ్లాద అపురూపమైన - అరుదైన సందేశం ధ్యానమాస్టర్లందరికీ లభించింది!

" ఆహార వ్యవహారాలలో జాగ్రత్తవహించాలి "

" ఆహారంలో జాగ్రత్త వహించాలి "   అంటే
" చెడు వినరాదు .. చెడు చూడరాదు "
" చెడు " అంటే " పనికిరానివి " అన్నమాట
అంటే " మనకు అనవసరమైన వాటిని మనం పట్టించుకోరాదు " అని
అలాగే
" వ్యవహారంలో జాగ్రత్త వహించాలి "
అంటే " చెడు పలకరాదు " అని;
" మనకు తెలియనివి తెలిసినట్లు పలుకరాదు " అని
" ఉభయత్రా అనవసరపు మాటలు ససేమిరా కూడదు " అని
ఇదే మహాత్మాగాంధీజీ గారి " మూడు కోతుల " నీతి సూత్రం

* **పనికిరాని దృశ్యాలు చూడరాదు**
* **పనికిరాని మాటలు వినరాదు**
* **పనికిరాని మాటలు పలుకరాదు**

ఆహార-ఆరోగ్య-ఆనంద శాస్త్రం"

"యుక్తాహారం"

యుక్తాహారం అంటే శాకాహారం...యుక్తాహారం అంటే సాత్వికాహారం
శ్రేష్ఠకరమైన యుక్తాహారం అంటే ఫలాహారం

"మితాహారం"

ఆకలి ఉన్నప్పుడే తినాలి . ఆకలి లేనప్పుడు ససేమిరా తినరాదు
ఆకలి ఎంతుందో అంతకన్నా రెండు ముద్దలు తక్కువే తినాలి-
ఎప్పుడూ నాభి దాకానే తినాలి పీకల దాకా కాదు
ఎంత తినాలో అంతకన్నా ఎక్కువ తింటే ఏ దేవుడూ రక్షించలేడు-
ఎంత తినాలో అంతకన్నా తక్కువ తింటే ఏ దేవుడూ అక్కరలేదు

"నిరాహారం"

వారానికి ఒకరోజు నిరాహారిగా ఉండాలి. అంటే ఉపవాసం ఉండాలి -
"లంఖణం పరమౌషధం" అన్నారు కదా...

"రుచికర భోజనం"

ఆహారం కడుపు యొక్క ఆకలి కోసమే కాదు
ఆహారం ఆత్మ యొక్క ఆనందం కోసం కూడా
రుచికరమైన భోజనం ఉంటేనే ఆత్మకు ఆనందం
జీవితం అన్నది వివిధరకాల రుచుల ఆస్వాదం కోసమే ఉన్నది
"వైరాగ్యం" అన్నది జీవితం యొక్క లక్ష్యం కానేకాదు
"వైభోగం" అన్నదే జీవితం యొక్క లక్ష్యం
అందరూ పాకశాస్త్ర ప్రవీణులు కావాలి

జీవితం ఒక నిరంతర సంబరం

జీవితం ఒక అంతులేని దైనందిన సంబరం

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్ మెంట్ అనుదిన సంబరాలకు అంకితం

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్ మెంట్ యుక్తాహారానికి అంకితం

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్ మెంట్ శాకాహారానికి అంకితం

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్ మెంట్ మితాహారానికి అంకితం

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్ మెంట్ నియమిత నిరాహారానికి అంకితం

"ఇతి పిరమిడ్ ఆహార-ఆరోగ్య-ఆనంద శాస్త్రః"

"ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రం"

అందరూ తప్పనిసరిగా, విధిగా ప్రప్రథమంగా నేర్చుకోవలసిన శాస్త్రం ఒక్కటే
అదే - "ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రం" అంటే,

"స్పిరిచ్యువల్ సైన్స్" - "spiritual Science"

అంటే,

జీవిత సత్యాల గురించి చెప్పే శాస్త్రం

అదే అన్నిటికీ మూలం.

ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రం అందరికీ తప్పనిసరి

మిగిలిన శాస్త్రాలూ, కళలూ, విద్యలూ అన్నీ ముఖ్యమే;
అయితే, ఇవన్నీ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం తరువాతే సంపాదించుకోవలసినవి.

"ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర విజ్ఞాన సిద్ధాంతాలు"

ఈ భూమిపై మానవుల్లా జన్మతీసుకున్న మనం... మన జీవితక్రమంలో ఎదురయ్యే సంఘటనల పట్ల మరి సమస్యల పట్ల సరియైన రీతిలో ప్రతిస్పందిస్తూ... వాటి నుంచి జ్ఞానాన్ని గ్రహిస్తూ... ప్రతిక్షణం ఆత్మోన్నతిని పొందుతూనే ఉండాలి. ఇందుకు ప్రతి ఒక్కరికి కూడా ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర విజ్ఞానం యొక్క మూల సిద్ధాంతాల పట్ల విశేషమైన అవగాహన తప్పక ఉండాలి.

1.**ఆత్మసిద్ధాంతం:** ఈ శరీరాన్ని మనం ఒక 'రథం' అనీ .. మరి అందులో ఉండే మనల్ని రథాన్ని తోలే రథికుడు అన్నారు. మనం ఈ శరీరంలో వుండి దానిని నడిపించే 'ఆత్మస్వరూపులం' అన్న సత్యాన్ని మనం సదా ఎరుకలో ఉంచుకోవాలి. అన్ని మతాలు, మరి అందరు గురువులూ కూడా బోధించే సత్యం ఇదే.

2.**జన్మ - పునర్జన్మ సిద్ధాంతం:** అలాగే ఒక ఆత్మ ఒక శరీరాన్ని ఎంచుకుని కొన్ని అనుభవాల కోసం మొట్టమొదటిసారి ఈ భూమి మీద పుడితే... దానిని "జన్మ" అంటాం. అదే ఆత్మ మళ్ళీ మళ్ళీ రకరకాల వాసనలతో కూడి రకరకాల శరీరాల్లో జన్మలు తీసుకొంటూ రకరకాల కర్మలు చేస్తూ ఈ భూలోకానికి వస్తూ పోతూ ఉంటూంటే... వాటిని "పునర్జన్మలు" అంటాం. ఇదంతా కూడా ఆత్మ తన ఎదుగుదల కోసమే కావాలని సృష్టించుకునే ఒకానొక "ఆత్మప్రణాళిక". ఇందులో తల్లి, తండ్రి, తోబుట్టువులు, భర్త, భార్య ఇంకా ఇతరత్రా బంధుగణం, స్నేహగణం మరి పరిసరాలూ... అన్నీ కూడా ఆత్మ తన 'స్వ' ఇచ్ఛ ప్రకారమే ఎన్నుకుంటుంది. ఇక్కడ ఎవరి ఇష్టం వారిది కనుక ఒకటో, పదో, వందో మరి పది వందలో...ఎవరికి ఇష్టమైనన్ని జన్మలు వాళ్ళే తీసుకుంటారు. దీనినే మనం "జన్మ - పునర్జన్మ సిద్ధాంతం" అంటాం.

3.**కర్మ - కర్మఫల సిద్ధాంతం:** ఈ భూలోకంలో జన్మ తీసుకున్నాక మనం చేసే ఏ రకమైన కర్మ అయినా వెంటనే తిరిగి మనం అదే ప్రతిఫలాన్ని పొందడమే... "కర్మ - కర్మఫల సిద్ధాంతం" అన్నమాట. కాబట్టి మనం ముందుగా కర్మ చేసే విధానంలోనే అత్యంత జాగరుకతతో ఉంటే... ఇక కర్మఫలితాన్ని గురించి బెంగపడనవసరం లేదు. అందుకే... ఈ "కర్మ - కర్మఫల సిద్ధాంతం" పట్ల మనం అత్యంత ఎరుకతో ఉంటూ... అన్నిరకాల హింసలనూ మానాలి... మరి శుద్ధ శాకాహారులమై విలసిల్లాలి.

4.**పురోగమన సిద్ధాంతం:** ఎప్పుడైనా, ఎక్కడైనా మరి ఏ క్షణమైనా కూడా ఆత్మకు పురోగమనమే కాని.. 'తిరోగమనం' అన్నది ఎన్నటికీ వుండదు.

సాధారణంగా మనం ఒక విద్యార్థికి ఒకానొక పరీక్షలో 20 శాతం మార్కులు వస్తే అతడు 'ఫెయిల్ అయ్యాడు' అనుకుంటాం. కానీ ఆ పరీక్షలో నూటికి 20 శాతం మార్కులు తెచ్చుకున్న ఆ విద్యార్థి .. "నాకు ఆ సంబంధిత సబ్జెక్టులో కనీసం 20 శాతం పరిజ్ఞానం వుంది; మరి నేను ఇంకా 80 శాతం తెలుసుకోవలసింది వుంది; అన్న జ్ఞానాన్ని పొందుతాడు. ఇలా అతడు తన గురించిన సంపూర్ణ అవగాహనను మరి జ్ఞానాన్నీ తాను పొందడం అన్నది 'అపజయం' ఎలా అవుతుంది?

కాబట్టి ఎవరైనా సరే... ఫలానా విషయంలో అపజయం అయ్యారు అనుకోవడం మూర్ఖత్వం తప్ప మరేమీ కాదు. ముఖ్యంగా తల్లిదండ్రులంతా కూడా తమ తమ పిల్లల పట్ల ఇలాంటి మూర్ఖత్వాలను వదిలిపెట్టాలి. ఉదాహరణకు: సంగీత విద్వాంసులు శ్రీ మంగళంపల్లి బాలమురళీకృష్ణ గారు ఆదిలో అపస్వరాలు పలుకకుండానే ... గొప్ప సంగీత విద్వాంసులయ్యారా? ప్రముఖ క్రికెటర్ సచిన్ టెండూల్కర్ చిన్నప్పటి నుంచీ ఒక్క ఆట కూడా ఓడిపోకుండానే... ప్రపంచ ఛాంపియన్ అయ్యాడా? అసలు 'ఫెయిల్యూర్' అన్న పదమే ఈ సృష్టిలో లేదు. అవన్నీ కూడా ఆత్మ పురోగమనానికి ఏర్పాటు చేయబడ్డ సోపానాలే.

5.**యోగ సిద్ధాంతం:** ఒకానొక విద్యార్థి ఒక పరీక్షలో 20 శాతం మార్కులు తెచ్చుకుని "ఆ సంబంధిత సబ్జెక్టులో నేను ఇంకా 80 శాతం తెలుసుకోవాలి" అన్న జ్ఞానాన్ని పొందాక ... ఇక అతడు ఆ "చేరుకోవల్సిన దిశ"గా తన ప్రయత్నాలను మొదలుపెడతాడు. అందుకోసం కష్టపడి చదువుకుంటూ మరి ఇంకొంచెం అంటే ... 30 శాతం మార్కులు తెచ్చుకోగలిగితే అది అతడికి పురోగమనమే... మరి అలా పురోగమనం చెందుతూన్న విద్యార్థి ప్రతిరోజూ ధ్యానసాధన కూడా చేస్తూ ఉంటే... అతడిలోని పురోగమనానికి అడ్డుపడే ఆలోచలన్నీ తొలగిపోయి, విశ్వశక్తితో అతడి మెదడు యొక్క గ్రహణ సామర్థ్యం పెరిగి... అదే విద్యార్థి.. అంతే సమయంలో తక్కువ శ్రమతో రెట్టింపు ఫలితాన్ని.. అంటే 60 శాతం మార్కులను పొందుతాడు. ఇలా "ధ్యానసాధన అతడి పురోగమనాన్ని వేగవంతం చేస్తుంది" .... మరి దీనినే "యోగసిద్ధాంతం" అంటాం. నడిచి వెళ్ళేవాడు వాహన యోగం ద్వారా తన గమ్యాన్ని ఇంకా తొందరగా చేరుకున్నట్లు... ధ్యానయోగం ద్వారా మనం మన జన్మ ప్రణాళిక అమలులో ఉన్న అవరోధాలను సునాయాసంగా దాటుకుంటూ ఆత్మ పురోగమనాన్ని ఇంకా వేగవంతం చేసుకుంటాం.

6. **అనేకానేక సిద్ధాంతం:** ధ్యానం ద్వారా మనం సత్యశోధన మరి దైవశోధన చేస్తాం... మరి ఈ సృష్టిలో మనం వుంటోన్న ఈ ఒక్క భూలోకమే కాకుండా ఇంకా అనేకానేక లోకాలు ఉన్నాయనీ, అనేకానేక జీవులు ఉన్నాయనీ, అనేకానేక జ్ఞానాలు ఉన్నాయనీ, అనేకానేక కోణాలు ఉన్నాయనీ తెలుసుకుంటాం. ఇలా ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర విజ్ఞానపు సిద్ధాంతాల పట్ల చక్కటి అవగాహనతో కూడిన ఎరుకతో మన జీవితాలను గడుపుతూ ఉంటే... జీవితాలను గడుపుతూనే ఉంటే జీవితంలోని ఒక్కోక్షణం మనకు అందించే అద్భుత ఆనందాలను మనం ఆస్వాదించగలుగుతాం.

ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్త - అనీబిసెంట్"

అనీబిసెంట్. 19వ శతాబ్దాంతంలో, 20వ శతాబ్దం ప్రారంభంలో ఈ భూమ్మీద జన్మించిన దివ్యమూర్తులలో అనీబిసెంట్ అత్యంత ప్రముఖురాలు.

ఈ భూమ్మీది ప్రజల ప్రేమ మరి పుణ్యభావంతో ఎల్లప్పుడూ గుర్తుంచుకునే విధంగా అనేక సంవత్సరాలు ఆమె థియోసాఫికల్ సొసైటీ అధ్యక్షురాలిగా అద్భుతంగా పనిచేశారు.

ఆమె పాశ్చాత్య దేశీయురాలైనా భారతీయ భావలను భారతీయ సిద్ధాంతాలనూ పూర్తిగా ఆకళింపు చేసుకున్నారు. పరిపూర్ణ ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్త అయి కూడా రాజకీయ ప్రజాసేవ పట్ల ఎలాంటి విముఖత చూపలేదు. ఆమె ఒక సంవత్సరం పాటు ఇండియన్ నేషనల్ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షురాలిగా పనిచేశారు.

ప్రతి పిరమిడ్ మాస్టర్ ఆమె జీవిత చరిత్రనూ, ఆమె వ్రాసిన అద్భుత రచనలనూ తప్పక చదివి తీరాలి.

ఆధ్యాత్మికత అంటేనే అనీబిసెంట్. మరి ఆమె మాంసంలో, రక్తంలో, కండలలో, ఎముకలలో ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రం అణువణువునా రూపుదిద్దుకున్నది.

అనీబిసెంట్‌గా తయారవ్వాలని ప్రతి పిరమిడ్ మాస్టర్ కలలు కనాలి.

ఓ మేడమ్, అనీబిసెంట్‌గా జీవించిన మీ దివ్య జీవితానికి సహస్రకోటివందనాలు.

మేము కూడా మీ అజెండానే పట్టుకున్న వాళ్ళం. మీ జ్ఞానపథాన్నే కొనసాగిస్తున్న వాళ్ళం.

పై లోకాల్లో మిమ్మల్ని కలుసుకుని మితిమీరి ఆనందించడానికి వేయికళ్ళతో ఎదురుచూస్తున్నాం.

అంతవరకు ... మేం కొనసాగిస్తాం ... ఈ నిరంతర జ్ఞాన యజ్ఞం.

ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రజ్ఞులు"

ఎందరో మహానుభావులు...

శివుడు.. హెర్మెస్.. కృష్ణుడు....మహావతార్ బాబాజీ....మహావీరుడు
బుద్ధుడు...లావోట్జు...జొరాస్టర్....జీసస్... మానీ
మహమ్మద్... మిలారెపా...గురునానక్... సేత్
డాన్ యువాన్... లోబ్‌సాంగ్ రాంపా...ఓషో రజనీష్ ...
అందరికీ వందనములు.
ఇలా, ఇంకా ... ఇంకా ... ఎందరో ...... విశ్వవిఖ్యాతి గాంచిన వాళ్ళూ,
మరి అంతగా ఎవరికీ తెలియని వాళ్ళూ,...అందరూ మహా యోగులే.
అందరూ గొప్ప ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రజ్ఞులే.
అందరూ స్పిరిచ్యువల్ సైంటిస్టులే.
మనం కూడా పై వారిలా కావాలి.

ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర విభాగాలు"

ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర పరిజ్ఞానంలో నాలుగు మౌలిక విభాగాలు ఉన్నాయి;

ధ్యానం – Meditation
ఆత్మజ్ఞానప్రకాశం – Enlightenment
క్షణక్షణం నిత్యజాగ్రత – Awareness
మనోశక్తి - Thought Power
ధ్యానం ద్వారానే దివ్యజ్ఞానప్రకాశానికి మనం అర్హులమవుతాం
నిత్యజ్ఞానప్రకాశం వల్లనే మనలో క్షణక్షణం నిత్యజాగ్రత అన్నది సుస్థిరమవుతుంది.
ధ్యానం, నిత్యజ్ఞానప్రకాశం, క్షణక్షణ నిత్యజాగ్రత .. ఈ మూడింటి వల్లనే మన మనోశక్తి అన్నది ప్రబలమవుతుంది.
ప్రబలమైన మనోశక్తి ద్వారా సాధించలేనిది ఏదీ .. ఏలోకంలోనైనా, ఏ కాలంలోనైనా .. ఉండనే ఉండదు.

"ఆదిశంకరులు"

ఆదిశంకరులు, ఆ పేరు ఉచ్చరిస్తేనే తనువు, మనస్సు, బుద్ధి, అత్మ అన్నీ పులకరిస్తాయి.

ఆదిశంకరుల తేజోవంతమైన భౌతిక శరీరాన్ని మనోచక్షువుతో ఊహించగలగటంతోనె మన భౌతికకాయం పులకిస్తుంది.ఆ నిర్మలాతి నిర్మలమైన మనస్సును తలచుకుంటేనే మన మనస్సు ఉగ్రూతలూగుతుంది.

ఆయన బుద్ధి తీవ్రతను ఒకింత గమనిస్తే చాలు, మన బుద్ధి తీవ్రతరం అవుతుంది. ఆ మహెూన్నతమైన ఆత్మబోధనలను దర్శించగలిగినవాళ్ళ ఆత్మ గగుర్పాటు చెందకుండా ఉండటం అసంభవం.

శ్రీ శంకరులవారు మేటి అయిన జ్ఞాని, సాటిలేని యోగి. ఆయన బ్రహ్మజ్ఞానికి నిదర్శనం ఆయన మ్రోగించిన అద్వైత భేరే.

ఆయన మహత్యాలు మచ్చుకు:

భౌతికకాయాన్ని అంటే మాంసపిండాన్ని మంత్రపిండంగా చేసి ఇష్టం వచ్చిన ప్రదేశాలకు క్షణకాలంలో వెళ్ళగలడం.

పరకాయ ప్రవేశ విద్యను కేళీవిలాస ప్రాయంగా చేయగలగడం.

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటి ధ్యానులందరికీ శ్రీ శంకరుల వారు ధృవతార. ప్రతి ఒక్కరూ శంకరులుగా కావాలి. అదే ఆదిశంకరులు కోరుకునేది.
అందుకు అణుమాత్రమైనా తక్కువ ధ్యేయం పెట్టుకుంటే ఆయన పకపక నవ్వుతాడు. అవహేళన చేస్తాడు. శంకరుల ఆధ్యాత్మిక బోధనలలో కోహినూర్ వజ్రంలాంటిదైన భజగోవిందం ముఖ్యంగా పిరమిడ్ ధ్యానులందరి జీవితాలలో విడదీయలేని అంతర్భాగం అయ్యింది.
ప్రతి ధ్యానం క్లాసులోనూ, శిక్షణా శిబిరంలోనూ భజగోవింద శ్లోకాలు గానం చేయబడకపోతే ఆ ధ్యానం క్లాసు సార విహీనంగా, కళారహితంగా ఉండటం మనందరికీ ప్రత్యక్ష అనుభవం.

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ ఫిలాసఫీ అన్నది బుద్ధుడి యొక్క, శంకరుడి యొక్క, జీసస్ క్రైస్ట్ యొక్క, మహమ్మద్ యొక్క, మహవీరుడి యొక్క అద్భుతమైన ధ్యాన ప్రకాశాలతో ఆవిర్భవించినదే, పిరమిడ్ ఫిలాసఫీ అన్నది వారందరి బోధనలతో సంపూర్ణంగా నిండి వుండి న భూతో న భవిష్యతి అన్న విధంగా పరిపుష్టమైనదే.

శ్రీ శంకరులవారి పాదపద్మాలకు పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ ధ్యానులందరి వినమ్ర వందనాలు; వినయపూర్వక కైమోడ్పులు.
ఓ మహాస్వామి, మీరు మాలో వున్నారు, మీరు మా వెంట వున్నారు, మాతో కలిసి అద్వైతంగా వున్నారు.

"ఆచార్యుడు"

"యః యాచినోతి, ఆచరతి, ఆచారయతి చ సః ఆచార్యః"
అని "ఆచార్య" ని యొక్క నిర్వచనం

యః = ఎవడైతే
యచినోతి = (జ్ఞానాన్ని) యాచిస్తాడో
ఆచరతి = ఆచరిస్తాడో
చ = మరి
ఆచారయతి = ఆచరింపచేస్తాడో
సః = అతడు
ఆచార్యః = ఆచార్యుడు

"యాచించడం"
అంటే, "ఆత్మజ్ఞానాన్ని యాచించడం" అన్నమాట

ఆచార్యుడు అన్నవాడు మొదట అనేక గురువుల ద్వారా
ఆత్మజ్ఞానాన్ని, సేకరించి, సాధన ద్వారా దానిని తన స్వానుభవంగా మార్చి,
ఆ తరువాత అదే విధమైన ఆత్మాభ్యాసాన్ని
ఇతరుల చేత కూడా ఆచరింపచేస్తూ వుంటాడు

ప్రతి ఒక్కడూ "ఆచార్యుడు" కావాలి;
ఆచార్యుడు కావడానికి ప్రయత్నం చేయాలి
ఆచార్యుడు అయ్యేంతవరకూ మనం
తిరిగి తిరిగి రావాల్సిందే; తిరిగి తిరిగి పుట్టాల్సిందే.

" 6+1 and ‘ 6 in 1 ’ = పిరమిడ్ మాస్టర్ "

" కారణ జన్మలుగా విశేష కార్యార్థమై ఈ భూమి మీద జన్మతీసుకున్న మనం అంతా కూడా .. ప్రతిక్షణం ఆనందంగా జీవించాలి. అలాంటి విజయవంతమైన సార్థక జీవితాన్ని జీవించాలి అంటే .. మన గురించి మనకు సంపూర్ణమైన జ్ఞానం ఉండాలి. ‘ మనం అంటే ఏడు శరీరాల సముదాయం ’ అనీ .. ‘ వాటిలో ఒకటైన ప్రాణమయ శరీరంలోని ఆరుచక్రాల చైతన్యస్థితిలో అలరారుతూ వికసించి ఉన్నప్పుడే మనం ఉన్నతమైన సహస్రారం అనే ఏడవ స్థితిలో విరాజిల్లుతాం ’ అనీ తెలుసుకోవాలి.

1. **మూలాధార చక్రం** : ‘ నేను కేవలం భౌతిక శరీరం మాత్రమే ’ అనుకునే వాళ్ళంతా కూడా వెన్నెముక చిట్టచివర ఆసనం స్థానంలో ఉన్న మూలాధార చక్రంలో జీవిస్తున్న వాళ్ళు. ఎవరయితే స్వీయ శరీర ధర్మశాస్త్రం పట్ల సరియైన అవగాహన లేకుండా అశాస్త్రీయంగా జీవిస్తూ .. శరీరాన్ని ద్వేషిస్తూ దానిని యమయాతనలకు గురిచేస్తూ ఉంటారో వారి మూలాధార చక్రం ముడుచుకుని పోయి చైతన్య విహీనంగా వుంటుంది. అలా కాకుండా స్వీయ శరీరం పట్ల మిక్కిలి ప్రేమతో, ఎరుకతో ఉంటూ శరీర ధర్మశాస్త్రాన్ని అనుసరించి ఎవరయితే బాధ్యతాయుతంగా జీవిస్తూ వుంటారో వారి మూలాధారం చక్కగా వికసించి .. చైతన్యంతో అలరారుతూ వుంటుంది.

2. **స్వాధిష్ఠాన చక్రం** : సదా ‘ మనోస్థితి ’ లో ఉంటూ ‘ మనస్సు ’ తోనే జీవించే వాళ్ళంతా కూడా జననేంద్రియాల స్థానంలో ఉన్న స్వాధిష్ఠాన చక్రంలో ఉన్నవాళ్ళు!

మన మనస్సు మూడు స్థితిల్లో పనిచేస్తూ వుంటుంది.
1. సంకల్ప వికల్పాలతో కూడిన మనోస్థితి
2. ఆలోచనలతో కూడిన చిత్త స్థితి
3. నేను, నాది అనే పరిమితులతో కూడిన అహంకార స్థితి

మనోధర్మ శాస్త్రాన్ని అవగతం చేసుకోకుండా అశాస్త్రీయమైన ఆలోచనలతో మనస్సును ఎవరైతే పదే పదే ఒత్తిడికి గురిచేస్తూ వుంటారో వారి స్వాధిష్ఠాన చక్రం ముడుచుకుని పోయి అత్యంత హీనస్థితిలో వుంటుంది. అలా కాకుండా మనస్సు పనిచేసే ఈ మూడు స్థితులను చక్కగా అవగాహన చేసుకుని తమను తాము ప్రేమించుకుంటూ, వీనుల విందైన సంగీతం, చిత్రకళ, నాట్యం వంటి 64 కళలతో ఎవరయితే తమ మనస్సును రంజింపచేసుకుంటూ ఉంటారో వారి స్వాధిష్ఠాన చక్రం వికసించి .. చక్కటి చైతన్యంతో అలరారుతూ వుంటుంది.

మూలాధార - భౌతిక కాయం

స్వాధిష్ఠాన - మనస్సు/చిత్తం/అహంకారం

మణిపూరక – బుద్ధి

అనాహత – మౌనం

విశుద్ధ – సత్యవాక్కు

ఆజ్ఞా – ధ్యానం

సహస్రార - సేవ/సహకారం

3. మణిపూరక చక్రం : శరీరంలోని నాభిస్థానంలో ఉండే మణిపూరక చక్రం ‘ బుద్ధి ’కి సంబంధించింది. యుక్తాయుక్త విచక్షణతో కూడిన బుద్ధిని అనుసరించకుండా ఎవరయితే అవివేకంతో పనులు చేస్తూ ఉంటారో వారి మణిపూరక చక్రం ముడుచుకుపోయి చైతన్యవిహీనంగా మారుతుంది. విజ్ఞానదాయకమైన పుస్తకాలను చదువుతూ ధ్యానసజ్జనసాంగత్యాదుల ద్వారా బుద్ధిని పదును పెట్టుకుంటూ ప్రయోజనకరమైన పనులు చేయడం ద్వారా బుద్ధి వికసించి .. మణిపూరక చక్రం విప్పారివుంటుంది.

4. అనాహత చక్రం : ‘ అ ’ అంటే 'NO'- ‘ అహతం ’ అంటే ' Sound or Friction '

‘ అనాహతం ’ అంటే .. ‘ సంపూర్ణ మౌనం ’

మనం ఎంత మౌనంగా ఉంటే అంతగా మన శరీరంలోని హృదయభాగంలో ఉన్న అనాహత చక్రం వికసించి వుంటుంది. వడ వడ వాగుతూ ఎంతగా మనం లోపలా, బయటా ఘర్షణపూరిత వాతావరణాన్ని సృష్టిస్తూ ఉంటామో అంతగా మన అనాహత చక్రం ముడుచుకుని పోయి చైతన్యరహితంగా మారుతుంది.

5. **విశుద్ధ చక్రం :** మన శరీరంలోని గొంతుభాగంలో ఉండే స్వరపేటికను మనం ఎలా ఉపయోగించుకుంటున్నామో .. మన విశుద్ధచక్రం తెలియజేస్తుంది. ప్రాణం పోయినా సరే.. సత్యపూర్వకమైన మాటలే మనం ధైర్యంగా మాట్లాడాలి. మన సత్యవచనాలను మనం ప్రేమిస్తూ వాటిని త్రికరణశుద్ధిగా ఆచరిస్తూ ఉన్నప్పుడు మన విశుద్ధచక్రం చక్కగా వికసిస్తూ చైతన్యవంతంగా వుంటుంది.
" మనం తెలుసుకున్న సత్యాన్ని బయటికి చెప్పలేక ఆత్మనూన్యతా భావంతో సతమవుతూ ఉన్నప్పుడు మన విశుద్ధ చక్రం ముడుచుకునిపోయి కళావిహీనంగా మారిపోతుంది. "

6. ఆజ్ఞాచక్రం : మన నుదిటి భాగంలోని రెండు కనుబొమ్మల మధ్యలో ఉన్న ఆజ్ఞాచక్రాన్ని ‘ సుదర్శన చక్రం ’ అంటే ‘ సరియైన వాటిని దర్శింపజేసే చక్రం ’ అని కూడా అంటాం. " ధ్యానం ద్వారా మన దివ్యచక్షువు తెరుచుకోబడి చక్కటి ప్రకృతి దృశ్యాలనూ, సూక్ష్మలోకాలనూ మనం దర్శిస్తూ వుంటే మన ఆజ్ఞాచక్రం మరింతగా వికసిస్తూ చైతన్యవంతంగా మారిపోతుంది. అప్పుడే మనం మన పూర్వజన్మ కర్మఫలితాలకు సంబంధించిన ఆత్మజ్ఞానాన్ని అవగతం చేసుకుంటూ స్థిత ప్రజ్ఞత్వ స్థితిలో ఉంటాం. అలాంటి నిశ్చల గురుస్థితిలో మనం ఉన్నప్పుడు .. మన మాట మంత్రంలా మారిపోతుంది.

7. సహస్రార స్థితి : వెన్నెముక చివరి ఆసన భాగంలో ఉన్న మూలాధార చక్రస్థాయి నుంచి నుదిటి భాగంలోని రెండు కనుబొమ్మల మధ్య వున్న ఆజ్ఞాచక్రపు స్థాయి వరకు ఉన్న ఆరు చక్రాలు సంపూర్ణంగా వికసించి ఉన్నత చైతన్యపు స్థాయిలో మనం ఉన్నప్పుడు మన గురించి సంపూర్ణ జ్ఞానం మనకు తెలుస్తుంది. అప్పుడే ఇతరులకు సేవచేసే అర్హత మనకు వస్తుంది మరి ఇలాంటి సేవార్హతను సంపాదించుకునే స్థాయినే ‘ సహస్రారస్థితి ’ అంటాం.

ఇదంతా కూడా ఆధ్యాత్మిక పరిభాషలో " 6+1 ఫార్ములా " గా చెప్పుకోవచ్చు. " ఇలా సహస్రార స్థితిలో ఇతరులకు సేవచేసే నిష్కామకర్మ స్థాయికి చేరినప్పుడు మనం ఆరురకాల సేవలు చేయగలుగుతాం!

1. **మూలాధార సేవ** : ఇతరుల భౌతిక శరీరానికి చేసే సేవ, ఉదా: కాళ్ళు పట్టడం, రోగుల శరీరాలను స్వాంతన పరచడం, ఆకలి తీర్చే అన్నదానం చేయడం మొదలైనవి.

2. స్వాధిష్ఠాన సేవ : ఇతరుల మనస్సులను రంజింపజేసే చక్కటి సంగీతాన్ని వినపించడం, పాడడం, చిత్రాలు గీయడం, నాట్యం చేయడం మొదలైనవి.

3. **మణిపూరక సేవ** : ఇతరుల బుద్ధిని వికసింపజేసే విజ్ఞానదాయకమైన పుస్తకాలు వ్రాయడం, చదివి వినిపించడం, సజ్జన సాంగత్యాదులను ఏర్పాటు చేయడం మొదలైనవి.

4. **అనాహత సేవ** : ఇతరులచే విశేషంగా మౌనాభ్యాసం చేయించడం!

5. **విశుద్ధ సేవ** : ఇతరులకు సత్యపూర్వకమైన మాటలు మాట్లాడే అవకాశం ఇవ్వడం; సత్యపూర్వకమైన మాటలను మాట్లాడే వారిని గుర్తించి వారిని ప్రోత్సహించడం.

6. **ఆజ్ఞాసేవ** : ధ్యాన ప్రచారం విశేషంగా చెయ్యడం " ఇలా మూలాధారం నుంచి ఆజ్ఞాచక్రం వరకు అత్యంత ఎరుకతో వినయంగా నిరంతరం సేవచేస్తూ వుండడమే .. ‘ సహస్రార స్థితి ’ లో వున్న పిరమిడ్ మాస్టర్ యొక్క లక్షణం మరి అలా జీవించడమే సార్థక జీవితం యొక్క విజయరహస్యం!

" పిరమిడ్ ధ్యానుల 18 ఆదర్శ సూత్రాలు "

1. సరియైన ధ్యానం చేయటం : అందరి చేతా సరియైన ధ్యానాన్నే చేయించడం

మనం ఏది సాధించాలనుకున్నా మనకు ఉండవలసింది దాని మీద పూర్తి అవగాహన ! సరియైన అవగాహనతో చేసే సాధనలోనే పూర్తి ఫలితం దాగి వుంటుంది. " శ్వాస మీద ధ్యాస " ద్వారా " ఆలోచనా రహితస్థితి " ని చేరుకున్న క్షణంతోనే ఆత్మజ్ఞాన ఉషోదయమౌతుంది. " ఇదే సరియైన ధ్యానం " అని శ్వాస మీద ధ్యాస ప్రయత్నం చేసిన ప్రతి ముముక్షువుకూ ... వెంటనే అర్థమయి తీరుతుంది. మరి సత్యం అవగతమైన వెంటనే సమస్త లోకాలకూ విజయ రహస్యం ఎలుగెత్తి చాటాలనిపిస్తుంది. అదే " ధ్యానప్రచారం " పేరుతో ప్రతి పిరమిడ్ మాస్టర్ చేసే పని !

2. సరియైన ఆధ్యాత్మిక పుస్తకాలను చదవడం : అందరిచేతా సరియైన పుస్తకాలనే చదివించడం

" సరియైన ధ్యానం " తో పండిన ధ్యానుల, ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రజ్ఞుల అనుభవసారానికి ప్రతిరూపాలే సరియైన ఆధ్యాత్మిక పుస్తకాలు. పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మాస్టర్లకు ఈ " స్వాధ్యాయం " అన్నది అత్యంత ముఖ్యమైనది. ముఖ్యంగా అనీబీసెంట్, లెడ్‌బీటర్, థియోసోఫికల్ సొసైటీ పుస్తకాలు .. అలాగే మరి లోబ్‌సాంగ్ రాంపా, స్వామి రామా, యోగానంద పరమహంస, ఎక్కిరాల కృష్ణమచార్య, దీపక్ చోప్రా, లిండా గుడ్‌మాన్, షెర్లీ మెక్‌లీన్, జేన్ రాబర్ట్స్, రిచార్డ్ బాక్, కార్లోస్ కాస్టానెడా, రూత్ మాంట్‌గోమెరీ పుస్తకాలు .. ఇంకా ఎందరో, ఎందరో మాహానుభావులు! అందరి ఉద్గ్రంధాలకూ వందనాలు !

మనం స్వయంగా " స్వాధ్యాయ అభ్యాసం " చేస్తూ మరి అందరిచేతా కూడా ఇలాంటి పుస్తకాలనే చదివించాలి. " ఓల్డ్ ఏజ్ మాస్టర్స్ " ను కొంత వదిలిపెట్టేసి " న్యూ ఏజ్ మాస్టర్స్ " పుస్తకాలను మనం కొంత ఎక్కువగా చదవాలి .. చదివించాలి. ఎందుకంటే అధునాతన మాస్టర్లు సనాతన యోగులకన్నా మరింత విస్తృత శాస్త్రీయపరమైన జ్ఞానాన్ని కలిగివున్నవారు కనుక.

3. ధ్యానానుభవాలను పరస్పరం పంచుకోవడం : సజ్జనసాంగత్యం విధిగా చేయడం

" సజ్జన సాంగత్యం " అంటే " సత్యం తెలుసుకున్న మాస్టర్లతో సాంగత్యం ! " ధ్యానంలో రకరకాల ధ్యానానుభవాలు వస్తాయి. శరీరం తేలికగా అయిపోవడం .. శరీరం బరువుగా కావడం .. మరి అనేక రంగులు కనపడడం .. విపరీతమైన వెన్నునొప్పి రావడం .. లోపల ఇంకొక శరీరం ఊగిసలాడుతున్నట్లు అనుభవానికి రావడం .. ఎక్కడికో ఎగిరిపోతున్నట్లు మీకు తెలియడం .. అనేక ప్రకృతి దృశ్యాలు కనపడడం .. కొండలు, కోనలు, లోయలు .. ఆ తరువాత మనకు గురువులు కనబడతారు. మరి ఆ యా గురువులతో మనం సంభాషిస్తాం ; వాళ్ళ దగ్గర ఎన్నో సందేశాలు తీసుకుంటాం .. ఇలాంటి అనుభవాలన్నీ మనకు కలిగితే తోటి ధ్యానులతో పంచుకోవాలి ; తోటి ధ్యానులకు కలిగితే తోటి ధ్యానుల దగ్గర శ్రద్ధగా కూర్చుని ఆ యా అనుభవాలను వినాలి.

అంతేకాకుండా ఈ యొక్క ధ్యానసాధన ద్వారా సీనియర్ ధ్యానులు వాళ్ళు వాళ్ళ జీవితాలలో ఎలాంటి పెను మార్పులు సాధించారో .. మరి మందులు ఎలా ఎలా మానేశారో .. మరి జీవితాలలో చెడు అలవాట్లు ఎలా ఎలా పోయాయో .. మరి మంచి దృక్పథాలు ఎలా ఎలా వచ్చాయో .. వారి జీవిత గమ్యం ఎలా సుగమమైందీ .. ఈ విధంగా వారి యొక్క జీవన క్రియలో, జీవితంలో కలిగిన మౌలికమైన మార్పుల గురించి కూడా మనం వినడం .. దాన్నే " సజ్జనసాంగత్యం " అంటాం.

ధ్యానం ఎంత ముఖ్యమో .. " స్వాధ్యాయం " ఎంత ముఖ్యమో .. " సజ్జనసాంగత్యం " అన్నదీ అంతే.

4. వీలయినంత వరకూ మౌనాన్ని అలవరచుకోవడం : ప్రజల్పరాహిత్యం అన్న దానిని అభ్యసించడం

అందరూ విధిగా మౌన సాధన చేయాలి. ధ్యాన సాధన అన్నది ఎలాగో .. " మౌన సాధన " అన్నది కూడానూ అలాగే మౌలికం. వారానికి ఒక రోజో, రెండు రోజులో, రోజుకి రెండు గంటలో మూడు గంటలో నాలుగు గంటలో మౌనదీక్ష వహించాలి. మౌనం గురించి .. మౌనంగా వుంటేనే తెలుసుకుంటాం. ధ్యానం గురించి ధ్యానం చేస్తేనే తెలుసుకుంటాం. మౌనంలో అపారమైన శక్తి మనకు ఆదా అవుతుంది. మౌనం చేసినప్పుడు తెలుస్తుంది మనం మామూలుగా మాట్లాడుతున్నప్పుడు ఎన్ని వృథా మాటలు మాట్లాడుతున్నామో !

" ప్రజల్పం " అంటే " పనికిరాని మాటలు మాట్లాడటం " .. " ఉబుసుపోక కబుర్లతో సమయాన్ని వృథా చేయడం " మరి " ప్రజల్ప రాహిత్యం " అన్నది పిరమిడ్ మాస్టర్లకు చాలా చాలా ప్రధానమైన విషయం.

5. పౌర్ణమి రోజుల్లో విశేషంగా ధ్యానం చేయడం

ధ్యానులకు ప్రతి పౌర్ణమి కూడా ఒక ఖగోళవింత! మన భూమిమీదకు విశ్వశక్తి తీవ్రతలు విపరీతంగా ఉండే పౌర్ణమి రోజులను ధ్యానం కోసం విశేషంగా వినియోగించుకోవాలి ; విశేషమైన, ధ్యాన అనుభవాలను సొంతం చేసుకోవాలి. పౌర్ణమి రాత్రుల్లో ఎవ్వరూ ఇళ్ళల్లో వుండకూడదు .. ఎవ్వరూ నగరాల్లో ఉండకూడదు .. నగరం బయటికి పోవాలి .. చక్కగా ప్రకృతితో సామీప్యం చేయాలి .. అక్కడ అద్భుతమైన ధ్యానం చేయాలి .. పౌర్ణమిధ్యానం మూడింతలు అధికంగా శక్తివంతమయిన ధ్యానం.

6. వీలయినప్పుడల్లా ‘ పిరమిడ్ శక్తి ’ ని ధ్యానం కోసం వినియోగించుకోవడం

ప్రతి ఒక్కరిలోనూ దాగివిన్న అద్వితీయ శక్తులను బయల్పరచడానికి " పిరమిడ్ " అసలైన ఉత్ప్రేరకంగా ఉపకరిస్తుంది. ధ్యానంలో ఉన్నతస్థాయికి చేరుకోవాలని అనుకునే ప్రతివారూ పిరమిడ్‌ను పరిశోధనాత్మకంగా పరిశీలించి దాని అవసరాన్ని సంపూర్ణంగా గుర్తించాలి.

" గ్రేట్ పిరమిడ్ " అనేది ఈజిప్ట్‌లో ఇతరగ్రహాంతర వాసులు .. సుమారు 10,000 సంవత్సరాల క్రింద కన్నా పూర్వమే .. ధ్యానం కోసమే కట్టించారు ! కర్నూలు " బుద్ధా పిరమిడ్ ధ్యానకేంద్రం " అన్నది మొట్టమొదటి భారతదేశపు పిరమిడ్ ధ్యాన కేంద్రం ! ఇప్పుడు ఎన్నో పిరమిడ్ ధ్యానకేంద్రాలు వచ్చాయి. మరి పిరమిడ్‌లను టోపీల్లా చేసుకుని మనం ధ్యానం చేసుకోవచ్చు. అలాగే ఇళ్ళపై " రూఫ్ టాప్ " లో మనం పిరమిడ్ లను కట్టుకోవచ్చు.

ఇక రాబోయే కాలాల్లో ఎక్కడ చూసినా పిరమిడ్లే వుంటాయి ! ఎంత తొందరగా " పిరమిడ్ సంస్కృతి " లో ప్రవేశిస్తే అంత తొందరగా మనం అసలు సిసలైన ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రజ్ఞులమవుతాం!

7.అల్లోపతి మందులు ఏ మాత్రం వాడకపోవడం: వాటిని పూర్తిగా వ్యతిరేకించడం

ఏదైనా రోగం వస్తే ఎవరికి వారు తమ స్వంత ఆత్మశక్తిని ఉపయోగించే నయం చేసుకోవాలి. ఏ శారీరక సమస్యనైనా మన అంతర్ జ్ఞానాన్ని అనుసరించి నయం చేసుకునే నైపుణ్యం కలిగి ఉన్నప్పుడు మందుల మీద .. అదీ .. అల్లోపతి మందుల మీద .. ధ్యానులు అయినవారు అస్సలు ఆధారపడరు !

ప్రతి చిన్న సమస్యకూ ... డాక్టర్ల మీదా .. మందుల మీదా ఆధారపడకుండా తమ " స్వంతధ్యానశక్తి " మీద నమ్మకం వుంచేలా తమ తోటి వారిని తీర్చిదిద్దడమన్నది నిజమైన సామాజిక సేవ ! ఆ సేవలో పిరమిడ్ మాస్టర్లు పరమ నిష్ణాతులు !

8. ఏ మాత్రం మాంసం తినక పోవడం : దానిని పూర్తిగా వ్యతిరేకించడం

శాకాహారి కాకుండా ఎవ్వరూ " మానవత్వం వున్న మానవుడు " కాలేరు ! కనుక శాకాహారి కావడమనేది చాలా మౌలికమైన సూత్రం. " గ్రుడ్లు శాకాహారమా? లేక మాంసాహారమా? " అని అడుగుతారు. మొక్కల నుంచి వచ్చేదైతే అది శాకాహారం, జంతువుల నుంచి వచ్చేదైతే అది మాంసాహారం ! కనుక గ్రుడ్లు సుతరామూ పనికిరావు!

ఏ జంతువూ మానవుల కోసం పుట్టలేదు! ప్రతి జంతువూ తన కోసమే, తన స్వంత కళ్యాణం కోసమే పుడ్తుంది ! దాని కళ్యాణాన్ని పరిరక్షించడమే మానవుడి యొక్క అసలైన బాధ్యత! మానవులు బుద్ధిమంతులైనప్పుడు మరి తమ చిన్నతమ్ముళ్ళైన .. పక్షి సామ్రాజ్యాన్నీ, మత్స్యసామ్రాజ్యాన్నీ .. జంతు సామ్రాజ్యాన్నీ పరిరక్షించడమే మానవ సామ్రాజ్యం యొక్క ప్రధాన కర్తవ్యం. అంతేకానీ జంతుసామ్రాజ్యాన్ని భక్షించడం తగదు.

కూరగాయలను, పళ్ళ చెట్లను బాగా పెంచుతూ, శాకాహారాన్నే స్వీకరిస్తూ .. జంతువులను పరిరక్షిస్తూ, జంతువులతో ఆడుకుంటూ .. మరి ఆ విధంగా వుండడమే మానవాళి యొక్క సౌభాగ్యానికీ, కళ్యాణానికీ మూలకారణం అవుతుంది.

9. ప్రకృతితో సహజీవనం గడుపుతూ వుండడం: అడవుల్లో ట్రెక్కింగ్‌లు చేస్తూ వుండడం

" పురుషుడు ", " ప్రకృతి " .. రెండు మౌలిక సత్యాలు. ప్రకృతితో కలయిక పురుషుడికి పరమశక్తిదాయకం! పురుషుడిలో " నేను " అనేది వుండడం వలన ప్రకృతితో తాదాత్మ్యం చెందకుండా వుంటాడు. " నేను " అనేది పోగొట్టుకోవడం ద్వారా మాత్రమే అతడు ప్రకృతిలో లీనం అవుతాడు. ఇంకోవిధంగా చెప్పాలంటే ప్రకృతిలో అంతగా " నేను " ని పోగొట్టుకుంటాడు. కనుక, ధ్యానులందరూ అడవులలో, కొండచరియలలో, పర్వతసానువులలో వీలయినంత ఎక్కువగా జీవించడం నేర్చుకోవాలి. ఆ విధంగా " ట్రెక్కింగ్ " అన్నది చాలా ముఖ్యమయిన విషయం.

10. ప్రత్యేక వేషధారణ అన్నది లేకపోవడం : కర్మకాండలు చేయకపోవడం

ఆధ్యాత్మికత కోసం " కాషాయం లేదా తెల్లని దుస్తులు లేదా ‘ ఫలానా ’ దుస్తులు ధరించడం " అన్న సాంప్రదాయాలు ఆధ్యాత్మిక సాంఘిక జీవనవిధానంలో వ్యర్థపోకడలు!

ఆధ్యాత్మిక జీవనానికీ, సామాన్య ప్రజానీకానికీ మధ్య అగాధాలు ఏర్పడడానికి కారణం ఇలాంటి అశాస్త్రీయ, అర్థరహిత సాంప్రదాయాలే. ఒక వ్యక్తి ‘ తన ’ ను తాను తెలుసుకునే ప్రక్రియలో నేను ‘ ఫలానా ’ అని అందరికీ తెలియపరచనవసరం లేదు! " వ్యక్తిగతమైన సాధన " అవసరం - " సంఘానికి వ్యక్తపరచడం " అనవసరం ! ధ్యానులు సాధారణమైన జీవితం గడుపుతూనే సమాజానికి ఆదర్శంగా నిలుస్తారు. వీరికి ఎలాంటి ‘ వేషం ’ అవసరం లేదు.

ఇక " కర్మకాండ " అన్నది .. చనిపోయిన తరువాత చనిపోయిన వాళ్ళేదో " అశాంతి " గా ఉన్నారని చెప్పేసి మనం ఇక్కడేదేదో చేసేస్తూంటాం. వాళ్ళు అశాంతిగా ఉన్నారో లేక శాంతిగా ఉన్నారో మనకేం తెలుసు?! మనకేమి తెలియదు. ఒకవేళ వాళ్ళు అశాంతిగా ఉన్నా ఇక్కడేం చేసినా వాళ్ళకేం చెందదు అది ! ఈ కర్మకాండ అంతా కూడా నూటికి తొంభై తొమ్మిదిపాళ్ళు వ్యాపారం. కనుక దీన్ని రూపుమాపాలి. అందుకోసమే పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ యొక్క ఆవిర్భావం, అవతరణ జరిగింది !

11. చిన్న వయస్సు నుండే ప్రతి ఒక్కరికీ ధ్యానశిక్షణ ఇవ్వడం

మొక్కై వంగనిది మ్రానై వంగదు కదా ! చిన్న పిల్లలకు చిన్నప్పటి నుంచే ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర, ఆధ్యాత్మిక అభ్యాస క్రమశిక్షణను మనం ప్రసాదించాలి ; అప్పుడే ప్రపంచమంతా బాగుపడుతుంది.
చిన్నప్పటినుంచే అందరికీ ఈ " ధ్యాన అభ్యాసం " .. " మౌన అభ్యాసం " .. " స్వాధ్యాయ అభ్యాసం " .. " సజ్జన సాంగత్య అభ్యాసం " ప్రశిక్షణలు మొదలుపెట్టాలి. శ్రీ ఆంజనేయస్వామి తల్లి అయిన అంజనాదేవి రెండేళ్ళకే .. ఆంజనేయస్వామికి ధ్యాన శిక్షణ మొదలుపెట్టింది. ప్రతి స్కూలు లోనూ, ప్రతి కాలేజీ లోనూ ధ్యానశిక్షణ విధిగా వుండాలి. ప్రతి స్కూలులోనూ, ప్రతి కాలేజీలోనూ " ఆధ్యాత్మికశాస్త్రం" .. " స్పిరిచ్యువల్‌సైన్స్ " .. అన్నది ఒక తప్పనిసరి అధ్యయనా విషయంగా ఉండాలి.

12. ' శిష్యరికం ' అన్నది లేకుండా అందరూ ' మాస్టర్లు ' గా పిలిపిల్లడం

నేర్చుకోదగిన వారితో నేర్చుకోవలసినదంతా నేర్చుకోవాలి! నేర్చుకోవాలనుకునే వారికి నేర్చుకోవలసింది నేర్పించడం ఎలాగో నేర్చుకోవాలి. నేర్చుకోలేనివారికి మెల్లిమెల్లిగా వారు నేర్చుకునేలా నేర్పించడం ఎలాగో నేర్చుకోవాలి. నేర్చుకున్నామనుకునే వారికి .. నేర్చుకోవలసింది ఇంకా ఉందని నేర్పించడం ఎలాగో నేర్చుకోవాలి.

ఒకరు నేర్చుకోవడంలో " మాస్టర్ " అయితే ఇంకొకరు నేర్పించడంలో " మాస్టర్ " అవుతారు. " గురు-శిష్య " సంబంధాల్లో పక్షపాతాలు, ఈర్ష్యలూ చోటుచేసుకుంటాయి. అయితే " మాస్టర్-మాస్టర్ " సంబంధాల్లో ఇచ్చిపుచ్చుకోవడాలు వుంటాయి. మైత్రీభావం వుంటుంది ; సమైఖ్యభావం వుంటుంది.

13. ధ్యాన శిక్షణా కార్యక్రమాలు ఎప్పుడూ నిశ్శుల్కమే, ఉచితమే

ఎవరి సామాన్య సాధారణ వృత్తుల్లో వాళ్ళుండి ఎవరి జీవన భృతి వాళ్ళు సంపాయించుకుంటూ, మరి " ధ్యానం " అన్నది మాత్రం ఉచితంగా నేర్పించాలి!

" కట్టెలు కొట్టుకుని బ్రతకాలి .. ధ్యానం నేర్పించాలి " ; " భిక్షం ఎత్తుకోవాలి .. ధ్యానం నేర్పించాలి " ; గౌతమ బుద్ధుడు భిక్ష మెత్తుకున్నాడు. అన్నం పెట్టమని అడిగాడు ; తానూ తిన్నాడు ; శరీరానికి అన్నం కావాలి మరి. ఆత్మకు కావలసిన ధ్యాన విధానం అందరికీ బోధించాడు ; తన శరీరానికి కావలసిన రెండు మెతుకులూ అడుక్కున్నాడు.

ధ్యాన శిక్షణలో పైకం ససేమిరా తీసుకోకూడదు

14. విగ్రహారాధన తగదు : దేవాలయాలను ధ్యానాలయాలుగా మార్చడం

" మూర్తి పూజ మెట్టు కాదు అగడ్త " అన్నారు ఆర్య సమాజ స్థాపకులు స్వామి దయానంద సరస్వతి. కనుక ఈ విగ్రహారాధన, వ్యక్తి యొక్క ఆరాధన, వ్యక్తి కాళ్ళకు మొక్కడాలు ... ఇవన్నీ కూడానూ ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర పరంగా వ్యర్థపు చేష్టలు. అలాగే " గురువుల ఆశీర్వాదం పొందడం " అని చెప్పేసి .. కాళ్ళు కడిగి ఆ నీళ్ళు నెత్తిమీద పోసుకోవడం అనేది ... ఎంతైనా అనారోగ్యకరమైన విషయం. ఇలాంటి కర్మకాండలన్నీ విసర్జించాలి ; దేవాలయాల్లో విధిగా ధ్యానవిధ్యను ప్రబోధించాలి. " ధ్యానవిద్య " మాత్రమే " దైవవిద్య " అనబడుతుంది .. దేవాలయాలన్నీ ధ్యానవిద్యాలయాలు అవ్వాలి.

15. ధ్యానశక్తితో ఎవరి జీవన సమస్యలను వారే పరిష్కరించుకోవడం

ఎవరి సమస్యలను వారే పరిష్కరించుకోవాలి ! మరి ధ్యానం ద్వారా, స్వాధ్యాయం ద్వారా, మరి సజ్జన సాంగత్యం ద్వారా అపారమైన శక్తి మనకు వుంది అని తెలుసుకుంటే మన సమస్యలను మనమే పరిష్కరించుకుంటాం. పై లోక వాసులెవ్వరూ మన సమస్యలను పరిష్కరించరు ! మన సమస్యలను మనమే పరిష్కరించుకోవాలి! అంత శక్తి వుంది మన దగ్గర ! అనంతమైన శక్తి మన దగ్గర వుంది !

16. సాధారణ వృత్తులలో వుంటూ మహత్తరమైన గృహస్థ జీవితాన్ని గడపడం

... ఎవ్వరూ సన్యాసాశ్రమం తీసుకోకూడదు ! సృష్టి యొక్క అద్భుతాలనూ, విచిత్రాలనూ, మరి అందాలనూ తెలుసుకుంటూ .. అందరూ గృహస్థులుగా వుండాలి! మన గృహస్థ జీవితాన్ని, మన యొక్క జీవితాన్ని .. అంటే ఆ స్వంత ‘ ఆడ ’, ‘ మగ ’ జీవితాన్ని .. చక్కగా అనుభవించాలి. కామి గాని వాడు మోక్ష గామి కాలేదు కదా!

17. ప్రతి పట్టణంలోనూ, పల్లెలోనూ పిరమిడ్ ధ్యాన కేంద్రాలను నెలకొల్పడం

సృష్టిలో ప్రతి జీవీ ప్రదర్శించే అద్భుతమైన కళ .. " పరస్పరం తమకున్నది పంచుకోవడం ? " .. పంచే గుణమే లేకపోతే ప్రపంచమే శూన్యం !

ధ్యానం చేయకపోతే " రోగం " .. ధ్యానం చేస్తే " భోగం " .. రోగమయ జీవితానికి తిలోదకాలు ఇచ్చి భోగమయ జీవితాన్ని అందుకోవాలి. భోగమయ జీవితం నుంచి ‘ వైభోగ ’ మయ జీవితాన్ని అందుకోవాలి. " వైభోగం " అందుకోవాలంటే విశేషంగా ధ్యానప్రచారం చేయాలి .. " ధ్యాన జీవితం " అందరికీ పంచితే " వైభోగం " ! కాబట్టి ప్రతి పట్టణంలోనూ, పల్లెలోనూ పిరమిడ్ ధ్యానకేంద్రాలను విరివిగా నెలకొల్పాలి ; ఇది ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యత.

18. స్వీయ ధ్యానానుభవాలనూ, ఇతర ఆధ్యాత్మిక విశేషాలనూ పుస్తకాల రూపంలో ప్రచురించడం

ప్రతి ఒక్కరూ కూడానూ వాళ్ళ వాళ్ళ ధ్యానానుభవాలను గ్రంథస్థం చేయాలి ; స్వీయ అనుభవాలను వ్రాయాలి, వ్రాసి ప్రచురించాలి ; కరపత్రాలు ముద్రించాలి. సర్ ఫ్రాన్సిస్ బేకన్ ఏం చెప్పరంటే, " Reading maketh a full man .. conference a ready man .. and writing an exact man " .. కనుక, పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ విధిగా వారి వారి అనుభవాలను వ్రాసి ప్రచురిస్తూ ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానాన్ని త్వరగతిలో వ్యాపింపచేయాలి.

అధర్మం – ధర్మం – సత్యం "

" 0 – 50 – 100 "

మనం అధర్మంలో జీవిస్తే మన యొక్క మార్కులు "సున్న"

"అధర్మంలో జీవించటం" అంటే " హింసలో జీవించటం"

అంటే తోటి ప్రాణుల భౌతికకాయాల పట్ల ఘాతక హింసలకు పాల్పడడం

అంటే ,ఆహారం కోసం జంతువులనూ, పక్షులనూ, చేపలనూ చంపి వాటి మాంసాన్ని వండుకుని తినటం

అంటే , కక్ష కోసం మనుష్యులను చంపటం

అంటే, భరించలేని దైన్య పరిస్థితులలో ఆత్మస్థైర్యం కోల్పోయి ఆత్మహత్య కు పాల్పడడం

అయితే, ఎలాంటి పరిస్థితులలో అయినా సరే ..

ఆత్మహత్య చేసుకోవటం అన్నది మాత్రం పూర్ణంగా అధర్మయుతమైన చర్య.

శాకాహారి కాకపోయినప్పుడు, హింసావాది అయినప్పుడు

ఎంతటి ప్రాపంచిక పండితుడికి అయినా సరే వచ్చే మార్కులు "సున్న"

అధర్మంలో జీవిస్తే మనకు వచ్చే మార్కులు " సున్న" ..

ధర్మంతో జీవిస్తే మనకు వచ్చే మార్కులు "యాభై" ..

"ధర్మంలో జీవించటం" అంటే "అహింసలో జీవించటం"

అంటే, తోటి ప్రాణుల భౌతికకాయాల పట్ల ఏ ఘాతకాలూ చేయకపోవడం

అంటే, ఆహారం కోసం జంతువులనూ, పక్షులనూ, చేపలనూ చంపకుండా ఉండటం

అంటే, ఏ కక్షల కారణంగానైనా మనుష్యులను చంపకపోవటం

అంటే, భరించలేని దీన పరిస్థితులలో సైతం ఆత్మహత్య చేసుకోకపోవటం.

అయితే, విధిలేని పరిస్థితులలో ..

"స్వీయప్రాణరక్షణ" కోసం అయితే చంపటం అన్నది కుడా ధర్మయుతమైన చర్య అయినదే;

"స్వీయప్రాణరక్షణ" కోసం క్రూర జంతువులను చంపటమో

లేక మనుష్యులను చంపటమో అన్నది ఎంత మాత్రం అధర్మం కాజాలదు ;

అది "ఆపద్ధర్మం" అవుతుంది.

"స్వీయప్రాణరక్షణ" కోసం చంపటం ధర్మయుతమైన చర్య అయినదే కనుక

అక్కడ " యాభై మార్కులు " ఖచ్చితంగా వచ్చి తీరుతాయి

అయితే జీవితంలో " వంద మార్కులు " రావాలంటే

"అహం బ్రహ్మాస్మి" అనే సత్యం అర్థం కావాలి

"మనం భువికి దిగివచ్చిన ఆత్మసత్యదేవుళ్ళం" అన్న సత్యం తెలుసుకుని తీరాలి

"మన ఆత్మ అనంతం, శాశ్వతం అయినది" అన్న సత్యం తెలుసుకుని తీరాలి

మన ఆత్మ యొక్క "సమయ పరిధి రాహిత్యం" మరి "వ్యాప్తి పరిధి రాహిత్యం" అన్నవి

అర్థం అయినప్పుడు "తెలిసీ తెలియని ఆత్మదేవుళ్ళం" అయిన మనం

"ఆత్మసాక్షాత్కారం పొందిన ఆత్మసత్యదేవుళ్ళం" గా మారుతాం

అంతేకాకుండా ..
“మన జీవిత వాస్తవాలకు .. జన్మకు పూర్వం మరి జన్మ తరువాత .. మనం స్వయంగా ప్రణాళికాబద్ధంగా సంకల్పించిన ఎంపికలే కారణభూతాలు”
అన్న సత్యం కూడా తెలుసుకోవాలి
అదనంగా
“ఆనాపానసతి – శ్వాసానుసంధానం ద్వారానే ధ్యాన-సమాధి స్థితి లభ్యం”
అన్న సత్యం కూడా అనుభవపూర్వకంగా తెలియాలి :
అప్పుడే జీవితంలో “వంద మార్కులు” వస్తాయి.
“సున్న మార్కులు”= అధర్మం + అసత్యం
“యాభై మార్కులు” = ధర్మం + అసత్యం
“వంద మార్కులు” = ధర్మం + సత్యం
వంద మార్కుల స్థితిలో :
హింస అన్నది కలలో కుడా తలపెట్టం
“మనం దివి నుండి భువికి దిగివచ్చిన ఆత్మసత్యదేవుళ్ళం” అని పూర్తిగా అర్థం అవుతుంది
“మన వాస్తవాలకు నూటికి నూరు శాతం పూర్వ స్వీయ ఎంపికలే కారణభూతాలు” అని తెలుస్తుంది
“ఆనాపానసతి ధ్యానం” అత్యంత సంతోషదాయకమైన దైనందిన అలవాటుగా ఉంటుంది.
ఇదే “ అధర్మం – ధర్మం – సత్యం ” అన్న విషయాల పట్ల మౌలిక ప్రవచనం !
ఇదే “ సున్న – యాభై – వంద ” అన్నపిరమిడ్ ఫిలాసఫీ కాన్సెప్ట్ !

యోగిరాజ శ్యామాచరణ లాహిరి

20వ శతాబ్దపు మధ్య భాగంలో భారతదేశాన్నీ, అమెరికానూ, మరి యావత్ ప్రపంచాన్నీ ఆధ్యాత్మిక పరంగా, యోగపరంగా పరుగులెత్తించిన మహనీయుడు శ్రీ యోగానంద పరమహంస.
గురు శిష్యుల సంబంధం అంటే ఇలా ఉండాలి అన్నట్లుగా యోగానంద పరమహంసను తీర్చిదిద్దిన ఆయన గురువు శ్రీ యుక్తేశ్వర గిర్ గారిని అంతటి గురువు గా తీర్చిదిద్దిన పరమ గురువే శ్రీ శ్యామాచరణ లాహిరి.

శ్వాస క్రియను గమనించాలి - ముక్తిని పొందాలి - దివ్య శక్తులను పొందాలి - అన్న సిద్ధాంతాలను సంసార బాధ్యతలను అన్నింటినీ నిర్వర్తిస్తూనే, సంసార సుఖాలన్నింటినీ పొందుతూనే, తనతో పరిచయమైన ప్రతి వ్యక్తికీ చాటి చెప్పిన మహనీయుడు శ్రీ శ్యామాచరణ లాహిరి, అంటే, ఆయన నిఖార్సైన, సిసలైన పిరమిడ్ మాస్టర్ అన్న మాట.

భూమండలానికి ఆధ్యాత్మిక హెడ్‌క్వార్టర్స్ అయిన హిమాలయ శ్రేణిలోని పరమ గురుమండలిలో మనకు తెలిసినంత వరకూ అగ్రగణ్యులైన వారే శ్రీ మహావతార్ బాబాజీ - సుమారు 5,000 సం||లుగా భౌతిక శరీరంలో వుంటున్న యోగీశ్వరుడు.

అయన ప్రియతమ శిష్యుడే శ్రీ లాహిరి, గృహస్థాశ్రమంలోనే ఉంది అందరూ యోగ్యులై విలసిల్లాలి అన్నదే శ్రీ బాబాజీ ఆదేశం.

ఇదే అన్ని పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీల ముఖ్య ఆశయం కూడా, ఈ యోగుల పరంపరకు పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ మాస్టర్స్ అందరి తరపున, మరి ప్రపంచ ధ్యానుల అందరి తరపున శతకోటి వందనాలు.